

At the End of the Day



Tout compte fait...

Catherine Jones painted 21 oil-on-linen portraits entitled At the End of the Day featuring Second World War veterans. She is one of five new artists selected for the CFAP.

Catherine Jones a réalisé 21 portraits d'anciens combattants de la Deuxième Guerre mondiale à l'huile sur toile de lin. Elle a rejoint cette collection Tout compte fait... Elle fait partie des cinq nouveaux artistes choisis dans le cadre du MFC.

Page 3

In this issue/Dans ce numéro

Black History Month/Mois de l'histoire des Noirs	4	Air Force/Force aérienne	10-11
Observing Sudan/Mission d'observation au Soudan	6	Navy/Marine	12-13
Army/Armée	8-9	Safety DIGEST de Sécurité	Supplement/Supplément



National
Defence

Défense
nationale

Canada

At the End of the Day



Tout compte fait...

Catherine Jones painted 21 oil-on-linen portraits entitled *At the End of the Day* featuring Second World War veterans. She is one of five new artists selected for the CFAP.

Catherine Jones a réalisé 21 portraits d'anciens combattants de la Deuxième Guerre mondiale à l'huile sur toile de lin. Elle a intitulé cette collection *Tout compte fait...* Elle fait partie des cinq nouveaux artistes choisis dans le cadre du PAFC.

Page 3

In this Issue/Dans ce numéro

Black History Month/Mois de l'histoire des Noirs	4	Air Force/Force aérienne	10-11
Observing Sudan/Mission d'observation au Soudan	6	Navy/Marine	12-13
Army/Armée	8-9	Safety DIGEST de Sécurité	Supplement/Supplément



National
Défense

Defense
nationale

Canada

Chaplain follows his troops: Out of planes and under the ice

By Sgt Peter Moon

The duties of chaplains in the CF can be very different from that of their civilian counterparts.

Take Captain Fraser Harvey, the Anglican chaplain at CFB Borden. In recent years, he has parachuted out of planes, gone into burning buildings in full firefighting gear, handled some of the most dangerous gases and nerve agents in the world and, most recently, jumped through a hole in the ice into the frigid waters of a river.

"I go wherever my flock is," he said. "I figure if they're crazy enough to do it so am I."

Chaplains, he said, spend more of their time ministering in the workplace than their civilian counterparts. "Our primary contact with our men and women is as they are doing their jobs, whether it be in garrison, in the field, overseas, on ships or in aircraft. We are involved with our peoples' lives 24 hours a day."

In Bosnia and Haiti, for example, he often talked at night with sentries. He has gone into burning buildings with trainees at the CF Fire Academy at Borden. Last September, he took nuclear, biological, chemical and radiological training at CFB Suffield. He has parachuted out of aircraft with search and rescue technicians.

And in January he found himself with a small group of soldiers and air personnel taking an ice rescue course that ended with each trainee plunging through a hole in the ice into the Madawaska River, south of Ontario's Algonquin Park. The course was run by 3rd Canadian Ranger Patrol Group, which has 450 Canadian Rangers in 15 remote First Nations in Ontario's Far North.

"By taking this course I don't have to be a liability when I go North with the Rangers," said Capt Harvey. "They

don't have to worry about me, because after this the padre can look after himself, instead of having someone always follow me along. This helps to give me the

confidence and the ability to work and minister in a Northern environment."

Sgt Moon is the PA Ranger for 3 CRPG at CFB Borden.



SGT PETER MOON

Capt Fraser Harvey waits to be "rescued" from the frigid waters of the Madawaska River while participating in an ice rescue course.

Le Capt Fraser Harvey attend qu'on vienne le « sauver » des eaux glacées de la rivière Madawaska lors d'un cours de sauvetage sur glace.

"I go wherever my flock is. I figure if they're crazy enough to do it so am I."

— Capt Fraser Harvey, chaplain

Un aumônier qui n'a pas froid aux yeux

par le Sgt Peter Moon

Les fonctions d'un aumônier des FC sont parfois très différentes de celles de leurs homologues civils.

Prenons l'exemple de l'aumônier anglican de la BFC Borden, le Capitaine Fraser Harvey. Ces dernières années, il a sauté en parachute, il est entré dans des immeubles en flammes revêtu de l'uniforme de pompier, il a manipulé des gaz et des agents neurotoxiques parmi les plus dangereux au monde et, récemment, il a plongé dans les eaux glacées d'une rivière.

« Je vais là où vont mes fidèles, affirme-t-il. Je me dis que s'ils sont assez fous pour le faire, je le suis aussi. »

Il explique que les aumôniers des FC passent davantage de temps à prêcher dans le milieu de travail de leurs fidèles que leurs homologues civils. « Notre principal contact avec les militaires est à l'endroit où ils travaillent, que ce soit à

la garnison, sur le terrain, outre-mer, sur la mer ou dans les airs. Nous nous investissons dans leur vie 24 heures sur 24. »

En Bosnie et à Haiti, par exemple, le Capt Harvey allait souvent parler aux sentinelles la nuit. À l'École des pompiers des FC, à Borden, il a pénétré avec des recrues dans des immeubles en feu, et, en septembre, il a suivi la formation à la défense chimique, biologique, radiologique et nucléaire à la BFC Suffield. Il a aussi déjà sauté en parachute avec des techniciens en recherche et sauvetage.

« Je vais là où vont mes fidèles. Je me dis que s'ils sont assez fous pour le faire, je le suis aussi. »

— Capt Fraser Harvey, aumônier

En plus, en janvier dernier, il a suivi un cours de sauvetage sur glace en compagnie d'un petit groupe de soldats et d'aviateurs. À la fin du cours, chaque participant devait sauter par un trou creusé dans la glace dans les eaux de la rivière Madawaska, au sud du parc Algonquin, en Ontario. Le cours était mené par le 3^e Groupe de patrouilles des Rangers canadiens, composé de 450 Rangers canadiens répartis dans 15 Premières nations isolées du Grand Nord ontarien.

« En suivant ce cours, je m'assure de ne jamais devenir un fardeau pour personne lorsque j'irai dans le Nord avec les Rangers », explique le Capt Harvey. « Ils n'auront pas à se soucier de l'aumônier et à lui assurer une escorte, parce que l'aumônier sait très bien se débrouiller. Cette conviction me donne la confiance dont j'ai besoin pour travailler et prêcher dans un milieu nordique. »

Le Sgt Moon est le Ranger responsable des AP auprès du 3^e GPRC à la BFC Borden.

MAPLE LEAF LA FEUILLE D'ÉRABLE

The Maple Leaf

ADM(PA)/OMCS,

101 Colonel By Drive, Ottawa ON K1A 0K2

La Feuille d'érable

SMA(PA)/OMCS,

101, promenade Colonel By, Ottawa ON K1A 0K2

FAX / TÉLÉPHONE: (819) 997-0793

E-MAIL / COURRIEL: mapleleaf@dnews.ca

WEB SITE / SITE WEB: www.forces.gc.ca

ISSN 1480-432X • REGISTRATION N° JS-000-0051, JP-001

SUBMISSIONS / SOUMISSIONS

Cheryl MacLeod (819) 997-0543
macleod.ca3@forces.gc.ca

MANAGING EDITOR / REDACTEUR EN CHEF

May Ric Jones (819) 997-3478

ENGLISH EDITOR / RÉVISEUR (ANGLAIS)

Cheryl MacLeod (819) 997-0543

FRENCH EDITOR / RÉVISEUR (FRANÇAIS)

Lyne Mathieu (819) 997-0580

GRAPHIC DESIGN / CONCEPTION GRAPHIQUE

D2K Communications

WRITER / RÉDACTION

Kristina Davis (819) 997-0741

D-NEWS NETWORK / RÉSEAU D-NOUVELLES

Guy Paquette (819) 997-1678

TRANSLATION / TRADUCTION

Translation Bureau, PWGSC /

Bureau de la traduction, TPSGC

PRINTING / IMPRESSION

Performance Printing, Smiths Falls

Submissions from all members of the Canadian Forces and civilian employees of DND are welcome; however, contributors are requested to contact Cheryl MacLeod at (819) 997-0543 in advance for submission guidelines.

Articles may be reproduced, in whole or in part, on condition that appropriate credit is given to The Maple Leaf and, where applicable, to the writer and/or photographer.

The Maple Leaf is the weekly national newspaper of the Department of National Defence and the Canadian Forces, and is published under the authority of the Assistant Deputy Minister (Public Affairs). Views expressed in this newspaper do not necessarily represent official opinion or policy.

Nous acceptons des articles de tous les membres des Forces canadiennes et des employés civils du MDN. Nous demandons toutefois à nos collaborateurs de communiquer d'abord avec Cheryl MacLeod, au (819) 997-0543, pour se procurer les lignes directrices.

Les articles peuvent être cités, en tout ou en partie, à condition d'en attribuer la source à La Feuille d'érable et de citer l'auteur du texte ou le nom du photographe, s'il y a lieu.

La Feuille d'érable est le journal hebdomadaire national de la Défense nationale et des Forces canadiennes. Il est publié avec l'autorisation du Sous-ministre adjoint (Affaires publiques). Les opinions qui y sont exprimées ne représentent pas nécessairement la position officielle ou la politique du Ministère.

PORTRAITS PAGE 1: COURTESY/AVEC LA PERMISSION DE CATHERINE JONES

Five new artists selected for CFAP reflect diversity in art, vision

By Kristina Davis

She calls them, "the boys", and talks about them with such great affection she might actually have met each and every one. Most, though, she's only met in pictures, yet they've been brought to life with such vividness it's as if they might lean over and whisper to you.

"The boys" are a series of 21 oil-on-linen portraits painted by Catherine Jones, an artist from Halifax, N.S., entitled *At the End of the Day*. The exhibit toured Canada last year featuring ex-soldiers—Canadian, British and German—inspired by the legendary Dinner of Reconciliation in Ortona, Italy, which took place 55 Christmases after the vicious battle was waged in 1943.

Just one of five artists selected for the 2006/2007 Canadian Forces Artists Program (CFAP). Ms. Jones says she is thrilled to be included and sees it as the opportunity for her work to come full circle.

Created in June 2001, CFAP gives Canadian artists the opportunity to record the daily operations of CF members in Canada and around the world. Further, the program provides a range of unique opportunities to support the independent, creative work of professional Canadian artists who wish to contribute to the history of the CF.

Selected by committee, the artists may include painters, sculptors, and printers, as well as other professional artists such as musicians, actors and writers.

Ms. Jones, whose work has included candles in the likeness of the late Princess Diana—a comment on the so-called cult of celebrity—and vivid portrayals of the 9/11 attacks, says "the boys" are about forgiveness. They are painted with no medals and no insignia. And it is difficult to determine who's who—the ally or the enemy?

"Forgiveness is the rarest of all human attributes," she says. "What does it tell us that these men, literally once mortal enemies, have been able to sit down and raise a glass together?"

She has painted both her dad and her Uncle Jack and seems to find the essence of the man in each one. Sam Lenko, one veteran she painted, wrote her a letter saying: "Cath, you always see paintings of admirals and generals, but not of the common herd."

Ms. Jones, of course, doesn't see it like that and anxiously awaits other opportunities to capture CF members with her selection to CFAP. "Being chosen is a prestigious and privileged thing," she explains. "It ties in all of my work from the last 15 to 20 years."

Scott Waters was also selected for the yearlong program. The former soldier now "reluctantly" calls Toronto home and has been painting in his current style for about the last three to four years.

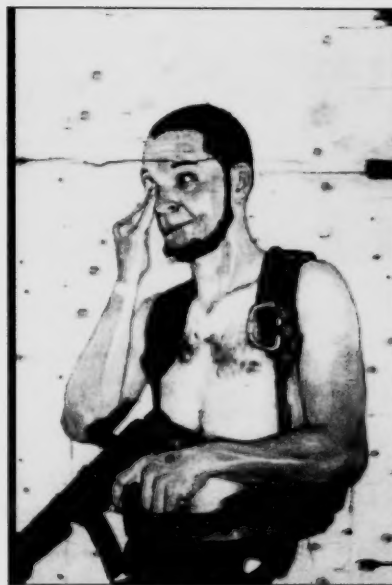
He is very interested in the Protestant work ethic and military culture and these two themes are translated onto perhaps an odd canvass. He paints on plywood—very much a tool of the common man—and depicts soldiers in a series called *The Hero Book* as sometimes war weary, sometimes violent.

He tends to work in two scales—either 8x10 or 9x12—and says his technique gives the paintings a reduced softness, especially around its edges.

Asked about the ideal reaction someone might have to one of his paintings, Mr. Waters says he is not trying to provoke either pro or anti-military sentiments. Instead, he hopes to raise questions about military culture and masculinity.

He calls the CFAP, "one of those ideal projects", and hopes to have the opportunity to paint an operationally deployed combat unit—including everything from patrols to eating meals in the mess.

Other artists selected for the 2006/2007, include Karen Bailey from Ottawa, Allen Ball from Edmonton and William MacDonnell from Calgary. For more on the CFAP, visit the Directorate of History and Heritage on-line at: www.forces.gc.ca/hr/dhh/en/graph/home_e.asp.



Entitled *Defending the Beach Head*, Scott Waters' previous work is painted on plywood and depicts the gritty and sometimes war weary expressions of soldiers.

Intitulé *Defending the Beach Head*, ce tableau de Scott Waters, peint sur contreplaqué, illustre l'expression dure et parfois lasse des soldats à la guerre.

La diversité dans l'art et la vision : le PAFC a choisi cinq nouveaux artistes

par Kristina Davis

Elle les surnomme « les gars » et en parle avec tant de tendresse que l'on croirait qu'elle a rencontré chacun d'entre eux. Pourtant, elle ne connaît la plupart que par des photos. Elle a quand même su tracer leur portrait avec tant de réalisme qu'on croit, à tout moment, qu'ils vont se pencher vers nous pour nous chuchoter quelque chose.

« Les gars » sont en fait une collection de 21 portraits à l'huile sur toile de lin intitulée *Tout compte fait...* peints par Catherine Jones, une artiste de Halifax (N.-É.). La collection a parcouru le Canada l'an dernier. Illustrant d'anciens soldats canadiens, britanniques et allemands, l'exposition s'inspire du dîner de la réconciliation à Ortona, en Italie, tenu 55 Noëls après la sanglante bataille de 1943.

M^{me} Jones fait partie des cinq artistes choisis dans le cadre de l'édition 2006-2007 du Programme d'arts des Forces canadiennes (PAFC). Elle se dit emballée d'avoir été sélectionnée et elle perçoit cette nomination comme une chance de boucler la boucle de son œuvre.

Créé en juin 2001, le PAFC offre la chance aux artistes canadiens d'immortaliser le travail quotidien des membres des FC au Canada et ailleurs dans le monde. Le programme offre en outre une gamme de possibilités aux artistes professionnels canadiens indépendants qui souhaitent collaborer à l'histoire des FC.

Les peintres, les sculpteurs, les lithographes et tous les autres artistes professionnels (musiciens, acteurs, écrivains) sont invités à participer au programme. Les candidatures sont choisies par un comité de sélection.

Les œuvres de M^{me} Jones incluent des chandelles à l'effigie de la princesse Diana — une critique du culte de la célébrité —, ainsi que des représentations explicites des attaques du 11 septembre 2001. Elle explique que la série des « gars » a comme thème le pardon. Ils sont représentés sans médaille et sans insigne. C'est ainsi plus difficile de déterminer qui est allié et qui est ennemi.

« Le pardon est l'une des qualités humaines les plus rares », explique-t-elle. « Quel beau témoignage de voir ces hommes qui, malgré le fait qu'ils ont été des ennemis mortels, ont pu s'asseoir pour manger et trinquer ensemble! »

Elle a peint son père et son oncle Jack. Elle a réussi à capturer l'essence même des deux hommes. Sam Lenko, l'un des anciens combattants qu'elle a peint, lui disait dans une lettre : « Cath, on voit toujours des tableaux d'amiraux et de généraux, mais jamais de simples soldats. »

Évidemment, M^{me} Jones ne partage pas cet avis et elle attend avec impatience l'occasion d'immortaliser les membres des FC sur canevas. « C'est un privilège et un honneur d'être choisis, explique-t-elle. Cela regroupe tout mon travail des 15 à 20 dernières années. »

Scott Waters a également été choisi dans le cadre du programme. L'ancien soldat, qui est installé « à contre-cœur » à Toronto, a adopté son style actuel de peinture depuis trois ou quatre ans.

Il s'intéresse beaucoup à l'éthique de travail protestante et à la culture militaire, et ces deux thèmes sont très présents sur son canevas pour ainsi dire particulier. Il peint sur du contreplaqué, un matériel très utilisé par le commun des mortels. Sa collection *The Hero Book* représente des soldats parfois las de la guerre, parfois violents.

Il travaille habituellement en deux formats (8 sur 10, ou 9 sur 12 pouces) — et il affirme que sa technique donne à ses œuvres une certaine douceur.

Lorsqu'on lui demande quelle serait la réaction idéale à ses œuvres, M. Waters précise qu'il ne cherche à provoquer aucun sentiment pour ou contre le domaine militaire. Il espère au contraire soulever des questions à propos de la culture militaire et de la masculinité.

Selon lui, le PAFC représente « un de ces projets idéaux » et il espère avoir l'occasion de peindre une unité opérationnelle de combat en déploiement — les patrouilles comme les repas au mess.

Voici les autres artistes choisis par le PAFC 2006-2007 : Karen Bailey d'Ottawa, Allen Ball d'Edmonton et William MacDonnell de Calgary. Pour en savoir davantage, consultez le site Web de la Direction — Histoire et patrimoine au www.forces.gc.ca/hr/dhh/fr/graph/home_f.asp.

“Reach for the sun, not the stars”: A celebration of Black History Month

By Kristina Davis

When he was recruited, Chief Warrant Officer Kevin Junior was assured he would never have to wear a kilt. The former Regimental Sergeant Major of the Toronto Scottish Regiment (Queen Elizabeth The Queen Mother's Own) now chuckles at the ironic turn of events.

Currently with the Land Force Central Area Headquarters in Toronto, he is also the National Military Co-Chair of the Defence Visible Minorities Advisory Group and is scheduled for a wide range of speaking engagements during Black History Month.

The Government of Canada programme runs for the entire month of February, celebrating the legacy of Black Canadians past and present. A variety of government departments, including DND/CF, either host or participate in events.

CWO Junior, who grew up in Jamaica and now calls Toronto home, has been in the Army for 25 years. He and his family came to Canada looking for what he terms “a better life.”

Arriving that first night at the airport, then taking a limousine to their new apartment—they lived on the 11th floor—he says he thought he was in paradise. And in his carry-on luggage was perhaps an odd item for a little boy. It wasn't a special toy or knickknack, but rather the family dictionary. “It was cherished in our house,” he explains.

But that feeling of wonderment and excitement would soon change. Once he started school he realized—for the very first time—he was black.

Out of a few 100 kids at his elementary school only a handful were black. And while he admits it was

difficult, especially with the taunting and name calling, his parents-strict disciplinarians—had one message for him: “Be the best you can be.”

And so he did. He excelled at sports and studied civil engineering at Seneca College before taking a degree in theological studies where he became an ordained minister. Today he works as a project management consultant with the Ontario Ministry of Transportation.

Amid his flurry of studies, a CF recruiter came to his high school. The recruiter said, in addition to the whole never-having-to-wear-a-kilt-thing, that the CF would provide CWO Junior with a job as long as he wanted it. As they say, one out of two ain't bad.

He stayed in the CF because he liked the challenge and the camaraderie. But it hasn't been without its tests. When he became the RSM of the Regiment, some people said he wasn't what they expected. What they meant was they hadn't expected a black RSM.

He has found himself in the role of role model more often than not and admits sometimes he wishes that was not the case. “I hope one day I can walk away and do something just for me.” But for now, that doesn't seem to be in the cards.

Ultimately, he says Black History Month represents an opportunity to remember history that's often long forgotten. He lists names like Petty Officer William Hall, V.C., the second Canadian to ever receive the Victoria Cross and Captain William White, the only black chaplain and only black officer in the British Army during the First World War—names many have never heard of and a heritage many have never known.



Thinking of these men who have gone before, he says: “To succeed, it's important to realize where we came from.”

Thoughtfully, he adds, to ultimately be successful one has to reach beyond the stars, all the way beyond, to the sun.

« Visez le soleil plutôt que les étoiles » : célébrons le Mois de l'histoire des Noirs

par Kristina Davis

Lorsqu'on l'a recruté, on a promis à l'Adjudant-chef Kevin Junior qu'il n'aurait jamais à porter de kilt. L'ancien sergent-major régimentaire du Toronto Scottish Regiment (Queen Elizabeth The Queen Mother's Own) rigole maintenant de la tournure ironique des événements.



CWO Kevin Junior was the RSM of the Toronto Scottish Regiment (Queen Elizabeth The Queen Mother's Own). He will be speaking in and around the Toronto area during Black History Month.

L'Adjud. Kevin Junior était SMR du Toronto Scottish Regiment (Queen Elizabeth The Queen Mother's Own). Il sera conférencier dans la région de Toronto lors du Mois de l'histoire des Noirs.

Actuellement affecté au quartier général du Secteur du Centre de la Force terrestre à Toronto, l'Adjud. Junior est aussi le coprésident national militaire du Groupe consultatif de la Défense pour les minorités visibles et il a déjà à son calendrier plusieurs conférences à l'occasion du Mois de l'histoire des Noirs.

Le programme du gouvernement du Canada dure tout le mois de février et met en lumière les accomplissements passés et courants des Noirs-Canadiens. Une foule de ministères, notamment la Défense nationale et les Forces canadiennes, organisent les activités ou y participent.

L'Adjud. Junior, membre de l'Armée depuis 25 ans, a grandi en Jamaïque, mais il avoue être maintenant bien ancré à Toronto. Sa famille et lui sont venus au Canada à la recherche « d'une vie meilleure ».

Dès son arrivée la nuit à l'aéroport, d'où ils ont fait le trajet en limousine jusqu'à leur nouvel appartement – ils habitaient au 11^e étage – il se croyait au paradis. Dans ses bagages, il transportait un article pour le moins singulier pour un garçon de son âge. Ce n'était ni un jouet ni une babiole, mais bien le dictionnaire familial. « À la maison, c'était un objet d'une grande valeur pour nous », explique-t-il.

Ce sentiment d'émerveillement et de fébrilité a vite pris fin. Lorsqu'il a commencé l'école, il s'est rendu compte, pour la toute première fois, qu'il était Noir.

À l'école primaire qu'il fréquentait, il n'y avait que quelques centaines d'enfants, et très peu d'entre eux étaient Noirs. Quoiqu'il avoue que la situation était pénible, surtout à cause des taquineries et des injures, ses parents – qui étaient partisans d'une discipline stricte – n'avaient qu'un conseil : « Sois à ton meilleur. »

En plein ce qu'il a fait. Il excellait dans les sports et il a étudié en génie civil au Collège Seneca avant d'entreprendre des études en théologie, qui lui ont

permis de devenir ministre du culte. Aujourd'hui, il est conseiller en gestion de projets au ministère des Transports de l'Ontario.

Pendant que l'Adjud. Junior était plongé dans les études, un recruteur des FC est venu à son école secondaire. En plus de lui promettre qu'il n'aurait jamais à porter de kilt, le recruteur lui a assuré qu'il aurait un emploi aussi longtemps qu'il le désirerait. Selon lui, une promesse de tenue sur deux augurait bien.

Il est resté dans les FC parce qu'il aimait les défis et la camaraderie. Mais cela n'a pas toujours été facile. Lorsqu'il est devenu sergent-major régimentaire, certaines personnes lui ont dit qu'elles ne s'y attendaient pas. En fait, elles voulaient dire qu'elles ne s'attendaient pas à avoir un SMR noir.

Il est devenu un modèle plus souvent qu'à son tour et il avoue qu'il aimerait parfois qu'il en soit autrement. « J'espère qu'un jour je pourrai tout laisser là et faire quelque chose pour moi seulement. » Il semble cependant que ça ne soit pas pour tout de suite.

Le Mois de l'histoire des Noirs est une occasion de mettre en valeur l'histoire qui a été reléguée aux oubliettes. Il cite au passage l'Officier marinier William Hall, V.C., le deuxième Canadien à avoir reçu la Croix de Victoria, et le Capitaine William White, le seul aumônier noir et le seul officier noir de l'armée britannique durant la Première Guerre mondiale – des noms que beaucoup n'ont jamais entendus et qui laissent derrière eux un legs que beaucoup n'auraient jamais connu sans le Mois de l'histoire des Noirs.

En pensant à ces hommes qui l'ont précédé, il affirme : « Pour réussir, nous devons connaître nos origines. »

Avec philosophie, il ajoute que pour réussir, il faut tenter de dépasser les étoiles et d'atteindre le soleil.

Web site connects CF youth

By Kristina Davis

No Web site? For the teens of Gen Y, you're not even on their radar screen, much less their computer monitor. But CF youth are plugged in with the launch of the Connecting CF Youth Web site.

Now on-line, the site, developed entirely by youth, will be launched with a variety of local events from February 20 to March 31. An initiative of the CF Personnel Support Agency (CFPSA), with funds from National Defence Online (NDOL), the site is intended to connect youth and offer

resources to those supporting them at the local level.

Elizabeth Binette, 15, from Victoria, B.C., says the Web site was a "cool way" to get involved with other youth. Plus, it offered her the opportunity to develop skills, like preparing and giving presentations.

"Originally I signed up because I thought that it would be a cool idea—a site by youth for youth—about the military—which I feel that I know a lot about," she explains.

Her dad has been in the Navy for nearly 23 years and her mom works

for Personnel Support Programs (PSP) at CFB Esquimalt so she has been part of a CF family her entire life. While Ms. Binette is much like other CF youth, she differs in one aspect: her father has never been posted. But, she adds, he has been deployed a lot.

The reality of postings and deployments is just one aspect of the information available on the site. Topics range from therapy, to anti-boredom, to a forum area where youth can connect and chat.

Ms. Binette says while deployments may be tough, it's not the end of the world. "It's hard to adapt when a parent leaves for six months or more. And then they come back, it's not as if they were never gone. Everything changes again. ...I know that personally, I haven't missed anything in my life because my dad is in the military."

And it is exactly those kinds of ideas that youth can share on-line. In fact, she encourages other CF youth to join the site and to share their experiences. "They need to know that there are other youth JUST like them out there around the whole world. On the site we have articles written by youth in their positions, we have help articles, we have stories, and we have games."

Gregg Clark is another CF youth involved with the Web site. Unlike Ms. Binette, his family has been posted three times and he is currently living in Brussels.

While there are a handful of other CF youth in his overseas community, they are quite a bit younger. Having a virtual community on-line has helped Mr. Clark, 15, meet buddies from British Columbia and even Italy.

For him, postings have been both the most challenging and exciting aspect of

having a parent in the CF. And moving from Dartmouth, N.S., to Belgium has literally offered him an entire continent of possibilities.

"Even if it was tough to leave Nova Scotia, I'm happy to be here in Europe. ...This may be my only chance to live here [so] why go back to somewhere I've been for so long already? I spend all the school breaks travelling the rest of Europe."

Lara Rooke is the National Recreation and Youth Services co-ordinator with the PSP division of the CFPSA. She says there are more than 20 000 CF youth—defined as teens aged 12 to 18—who could benefit from this initiative.

She stresses that the site is both youth driven and youth focussed. In fact, more than 100 kids took part in the development. And while it offers a wealth of information and resources, she says the forum—where the free flow of information and ideas is encouraged—is truly the "glue" that holds it all together.

"The Web site allows youth to be connected in a way they never have before—giving them access to relevant and meaningful information in a youth-friendly package."

To participate in the launch, local youth advisory committees are encouraged to express interest on-line. Launch kits, including resources and guidelines, will then be sent to the group. Interested committees must then officially register their event. Prizes are available to those committees who both register and provide feedback on their event before April 7.

For more information, visit www.connectingcfyouth.ca.



CF youth model promotional T-shirts and bracelets for the Connecting CF Youth Web site. Local youth advisory committees are encouraged to celebrate the launch of the site from February 20 to March 31.

Des jeunes de familles militaires portent des t-shirts et des bracelets faisant la promotion du site Web Connexion Jeunesse FC. On encourage les comités de consultation jeunesse à participer au lancement du site du 20 février au 31 mars.

Un site Web aide les jeunes des familles militaires à garder contact

par Kristina Davis

Pas de site Web? Pour les jeunes de la génération Y, vous n'existez tout simplement pas. Les jeunes des familles militaires eux, sont branchés, grâce au site Web Connexion Jeunesse des FC.

Le site, maintenant actif, a été conçu entièrement par des jeunes et il sera lancé lors d'un panoplie d'activités locales du 20 février au 31 mars. Un projet de l'Agence de soutien du personnel des FC (ASPFC) réalisé grâce à du financement de Défense nationale en direct (DNED), le site vise à aider les jeunes à rester en contact et à offrir des ressources aux personnes qui les appuient à l'échelle locale.

Elizabeth Binette, une jeune fille de 15 ans de Victoria (C.-B.), affirme que le site Web était une « façon cool » de faire la connaissance d'autres jeunes. En plus, elle a eu l'occasion de perfectionner ses compétences, notamment en matière de préparation et de présentation d'exposés.

« À l'origine, je me suis inscrite parce que j'étais emballée par le concept d'un site pour les jeunes par les jeunes qui portait sur la vie des familles des militaires — et je crois que je suis bien placée pour en parler », explique-t-elle.

Son père est dans la Marine depuis près de 23 ans et sa mère travaille pour les Programmes de soutien du personnel (PSP) à la BFC Esquimalt. Elizabeth fait donc partie de la famille des FC depuis sa naissance. Bien que sa vie ressemble à celle de bien des jeunes de familles militaires, celle d'Elizabeth est un peu différente : son père n'a jamais été affecté ailleurs. Il a cependant été envoyé en déploiement souvent.

Le site traite entre autres des affectations et des déploiements. Les rubriques du site sont variées, allant de la thérapie, en passant par des trucs pour vaincre l'ennui, jusqu'à un forum où les jeunes peuvent faire connaissance et clavarder.

Elizabeth affirme que même si les déploiements peuvent être difficiles, ce n'est pas la fin du monde. « C'est difficile de s'adapter quand un parent part pour six mois ou plus. Et lorsqu'il revient, on sait que tout ne sera pas comme avant. Tout change à nouveau... Par contre, moi personnellement, je n'ai manqué de rien dans ma vie parce que mon père était militaire. »

C'est ce genre d'idée que les jeunes peuvent échanger en direct. Elizabeth encourage les autres jeunes des familles militaires à s'inscrire et à parler de leurs expériences. « C'est important qu'ils sachent

qu'il y a d'autres jeunes exactement comme eux au pays et partout au monde. Sur le site, il y a des articles écrits par des jeunes qui sont dans la même situation qu'eux, il y a des conseils, des histoires et même des jeux. »

Gregg Clark est un autre jeune issu d'une famille militaire qui participe au site Web. Contrairement à Elizabeth, Gregg et sa famille ont été affectés trois fois, et ils habitent actuellement à Bruxelles.

Bien qu'il ait un assez grand nombre de jeunes de familles militaires dans la collectivité des FC à l'étranger, ces derniers sont pas mal plus jeunes que lui. Grâce au forum, Gregg, qui a 15 ans, a pu se faire des copains de la Colombie-Britannique jusqu'en Italie.

Pour Gregg, les affectations sont l'aspect à la fois le plus difficile et le plus excitant d'avoir un parent dans les FC. Quant au déménagement de Dartmouth (N.-É.) jusqu'en Belgique, cela lui a ouvert les portes de tout un continent.

« Même si c'était difficile pour moi de quitter la Nouvelle-Écosse, je suis heureux d'être en Europe... C'est peut-être la seule chance que j'aurai de vivre ici alors pourquoi retourner où j'ai été pendant si longtemps? Je passe tous les congés scolaires à parcourir le reste de l'Europe. »

Lara Rooke est la coordonnatrice des loisirs et des services à la jeunesse de la composante des PSP de l'ASPFC. Selon elle, plus de 20 000 jeunes de familles militaires (des adolescents de 12 à 18 ans) pourraient profiter du site Web.

Elle insiste sur le fait que le site est conçu par les jeunes et pour les jeunes. En effet, plus de 100 jeunes ont participé à sa conception. Même si le site regorge de renseignements et de ressources, le forum — où les renseignements et les idées coulent à flot — constitue son principal élément de cohésion.

« Le site Web permet aux jeunes d'être branchés d'une façon qui leur était impossible auparavant. Ils ont accès à des renseignements pertinents et importants, sous la forme qui leur convient. »

Les comités consultatifs jeunesse locaux qui souhaitent participer au lancement du site doivent manifester leur intérêt en ligne. Des trousseaux de lancement, y compris des ressources et des lignes directrices, seront envoyées aux comités intéressés. Il faut s'inscrire pour participer. Des prix seront offerts aux comités qui s'inscriront et qui fourniront leurs commentaires sur l'activité avant le 7 avril.

Pour d'autres renseignements, visitez le www.connexionjeunessefc.ca.

Observing Sudan — Local sailor part of UN mission

By Kurt Heinrich

Deep in the Nuba Mountains of Sudan, Lieutenant(N) Bernie Perron patrols his sector cautiously in a white Nissan Patrol. The bold black UN letters on each door, coupled with his baby blue beret adorned with the UN emblem, announce his neutrality.

The 44-year-old sailor from Maritime Forces Pacific is acting team leader for five United Nations forward military observers from Jordan, Peru, Zimbabwe, and Malawi; a contingent that will grow over the upcoming months. They currently monitor Sector IV in Kadugli, in the southern Kordofan province, geographically located in the middle of Sudan.

"I make it my duty to keep my teammates safe and return them to their countries alive and in one piece, while achieving the aim," says Lt(N) Perron.

As the eyes and ears of the UN, military observers monitor troop movement and verify military sites, which Lt(N) Perron says are often just a few huts where soldiers are staying. "There are a few more substantial military establishments, but it's not what you would expect at home."

They also visit many of the 32 000 villages spread over an area roughly the size of Scotland, and investigate complaints.

"We go and visit villages and talk to the Omda, Sheik or Emir about the villager's situation and file reports on what we see on the ground. We also are required to conduct investigations on allegations of CPA (Comprehensive Peace Agreement) violations. So mainly we follow troops on the move to ensure nothing happens, and when they arrive we go and verify their strength, weapons, ammunition, etc," he explains.

They do this unarmed, using their wits and diplomacy to thwart any potential conflict. Sudan has been the scene of a 21-year civil war between the mainly Muslim north and Animist and Christian south. Evidence of this war is still apparent in Sector IV.

"The centre of town would be like the worst ghettos you could imagine anywhere in North America, but without

any solid buildings for the most part, says Lt(N) Perron. "There is very little infrastructure and what there is, is in shambles. Much of it because of the war, but also because there has not been any investments made to repair what is there, or to modernize or develop the area."

While poverty and lack of infrastructure are everywhere, he says the most startling repercussions of the conflict are on the country's demographics.

According to the US Committee for Refugees, the battle for the southern and central regions of Sudan caused the death of nearly two million people, or a fifth of the entire southern Sudanese population. The war also led to the massive displacement of millions of people, with one human rights report estimating more than 80 percent of the southern population had been displaced at one point or another since the conflict began in 1983.

Following the signing of the peace agreement early last year, the UN Mission in Sudan began. The country currently

has 539 military observers present. Eventually this will go up to 745 observers stationed throughout the country to monitor both sides and ensure they follow the CPA. The mission is still considered in the pre-deployment phase, and will span seven years, says Lt(N) Perron.

Thirty-two CF personnel are in Sudan, including the Esquimault sailor. To prepare for the assignment, he spent five weeks at the Peace Support Training Centre in Kingston, Ont., for classroom studies and hands-on scenarios. This was followed by another two weeks in Khartoum, the capital of Sudan, for mission-specific briefings and training.

"The course in Kingston emphasized the phrase 'wave and smile, you are bringing peace and hope to the people.' This is so true," says Lt(N) Perron. "I see lots of hope for peace, and try to nurture the trust of the people in us, and in each other as former belligerents. I try to do that every day and every moment that I can."

Mr. Heinrich is a writer with the Lookout.



UN military observers, Lt(N) Bernie Perron and Maj Francis Eboigbe, an infantry officer from Nigeria, inspect the 3rd Company, 169th Brigade of Sudanese Armed Forces.

Le Ltv Bernie Perron et le Maj Francis Eboigbe, officier d'infanterie du Nigeria, tous deux observateurs militaires de l'ONU, inspectent la 3^e compagnie de la 169^e Brigade des Forces armées du Soudan.

Un marin d'ici en mission d'observation au Soudan

par Kurt Heinrich

En plein cœur des monts Nuba au Soudan, le Lieutenant de vaisseau Bernie Perron patrouille son secteur avec prudence dans un véhicule Patrol blanc de Nissan. Les lettres UN peintes en noir sur chaque porte et son bérêt bleu décoré de l'emblème des Nations Unies signalent sa neutralité.

Ce marin de 44 ans des Forces maritimes du Pacifique est le chef d'équipe par intérim de cinq observateurs militaires originaires de la Jordanie, du Pérou, du Zimbabwe et du Malawi. Le groupe grossira ses rangs au cours des prochains mois. Les observateurs surveillent le secteur IV à Kadougli, dans le sud de la province de Kordofan, située au centre du Soudan.

« Je considère que c'est mon devoir d'assurer la sécurité de mes coéquipiers et de faire en sorte qu'ils puissent retourner dans leur pays sains et saufs, tout en réalisant l'objectif de la mission », précise-t-il.

Les observateurs militaires sont les yeux et les oreilles des Nations Unies. Ils surveillent le mouvement des troupes et vérifient les sites militaires, qui, d'après le Ltv Perron, s'avèrent souvent de simples huttes où habitent les soldats. « Il y a aussi des établissements militaires plus importants, mais rien ne ressemble à ce à quoi on s'attendrait au Canada. »

Le groupe visite également bon nombre des 32 000 villages dispersés sur une superficie semblable à celle de l'Écosse pour y enquêter sur des plaintes.

« Nous visitons des villages et nous parlons à l'omda, au cheik ou à l'emir à propos de la situation des villageois et nous présentons des rapports sur ce que nous observons sur le terrain. Nous devons également mener des enquêtes sur des allégations de violation à l'Accord de paix global (APG). Donc, nous suivons les troupes en mouvement pour veiller à ce qu'il n'arrive rien. Lorsque les troupes arrivent à destination, nous vérifions leur force, leurs armes, leurs munitions, etc. », explique-t-il.

Ils travaillent sans arme, n'utilisant que leur sang-froid et leur diplomatie pour éviter tout conflit. Depuis 21 ans, le Soudan est déchiré par une guerre civile opposant les musulmans du nord et les animistes et les chrétiens du sud. Les ravages de cette guerre sont toujours évidents dans le secteur IV.

« Le centre-ville ressemble aux pires ghettos imaginables en Amérique du Nord, mais sans immeubles solides », ajoute le Ltv Perron. « Il n'y a que très peu d'infrastructures, et celles qui existent sont en ruines, en grande partie à cause de la guerre, mais aussi parce qu'il n'y a eu aucun investissement visant à réparer, à rénover ou à développer la région. »

Bien que la pauvreté et le manque d'infrastructures soient répandus, le Ltv Perron affirme que les répercussions les plus importantes du conflit se font sentir sur le plan démographique.

Selon le comité américain pour les réfugiés, la bataille des régions méridionale et centrale du Soudan a causé la mort de près de deux millions de personnes, soit

un cinquième de la population du Sud du Soudan. La guerre a aussi mené à l'exode de millions de personnes. Un rapport sur les droits de la personne estime que plus de 80 % de la population du Sud du pays a dû s'exiler depuis le début du conflit en 1983.

Après la signature de l'accord de paix au début de l'an dernier, la Mission des Nations Unies au Soudan a débuté. En ce moment, le pays compte 539 observateurs militaires. Éventuellement, 745 observateurs vont parcourir le pays et surveiller les deux camps pour faire respecter l'APG. La mission, toujours considérée comme étant à l'étape de pré-déploiement, s'étendra sur sept ans, explique le Ltv Perron.

Trente-deux membres des FC se trouvent actuellement au Soudan. Pour se préparer à cette mission, le Ltv Perron a passé cinq semaines au Centre de formation pour le soutien de la paix à Kingston, en Ontario, où il a suivi des cours théoriques et fait l'expérience de scénarios pratiques. Puis, il a passé deux semaines à Khartoum, la capitale du Soudan, pour des exposés et de la formation adaptés spécialement à cette mission.

« À Kingston, on insiste beaucoup sur l'expression "souriez et saluez; vous êtes un symbole de paix et d'espoir pour ces gens". C'est si vrai », affirme le Ltv Perron. « Je vois beaucoup d'espoir de paix et j'essaie, à chaque jour, à chaque instant, de mériter la confiance que ces gens ont en nous et à l'égard des anciens belligérants. »

M. Heinrich est rédacteur au Lookout.

25 years of testing and evaluating

By Lt Ian McIntyre

Igor Ivanovich Sikorsky (1889-1972) made his first flight in his VS-300 on September 14, 1939. Despite opposition within the aviation community, his continued research ultimately led to the development of a global helicopter industry.

That was the first time a Sikorsky helicopter had been successfully test-flown. Since then, innumerable Sikorsky test flights have been conducted and when it comes to the Sea King, no one has done it with greater success in the last 25 years than Helicopter Operational Test and Evaluation Facility (HOTEF).

HOTEF, located at 12 Wing Shearwater, is responsible for all operational testing of new equipment and operating procedures on the CH-124 Sea King. Essentially, HOTEF is responsible for researching and

testing state-of-the-art equipment for the Sea King, to enable crews to operate efficiently while deployed. HOTEF has also been involved with other projects such as participating in unmanned aerial vehicle (UAV) exercises and Aviation Life Support Equipment trials.

A local modeller, Rob Lepine was commissioned to build a model of the Sea King in the Gulf War "mod" with the self-defence suite including the forward looking infrared sensor (FLIR), door gun, etc. "We felt that probably the most significant event in HOTEF's history had been preparations for the Gulf War because it involved a lot of modifications to the airplane [Sea King] and equipment in a very short period of time," said Captain Neil Scott, "A" flight commander.

Currently, 12 Wing and the CF in general, await the arrival of the latest Sikorsky

acquisition: the CH-148 Cyclone. Delivery of the first aircraft will be in about three years with the remaining helicopters delivered at a rate of one per month to a total of 28.

"The new aircraft is going to have such an enormous capability," said Major Gregory Leis, HOTEF commanding officer. "Right now, we are just trying to decide what the initial operational capability will be and what is the most effective way of getting a technically airworthy aircraft ready to make an effective fighting machine."

The unit will conduct trials and evaluations to ensure the new aircraft is prepared to take on the responsibilities that the Sea King has executed for so many years. And just as before, the members of HOTEF will meet those challenges and will exceed any and all expectations.

HOTEF: A history told through projects. Historically, the evolution of the squadron from a test facility to an official unit has not followed a straight path:

- November 5, 1952 — VY10 was formed at Shearwater for the purpose of flight and evaluation trials on the newly acquired Avenger 10M Bomber airplane, in use at the time with the US Navy for Anti-Submarine Warfare (ASW).
- 1957-1964 — VY10's principle role related to the CSZF Recker aircraft.
- November 27, 1963 — VY10 performs the first test deck landing of a Sea King helicopter aboard the HMCS Annapolis, anchored in the Bedford basin.
- December 3, 1963 — the first landing to use the local down wire and beam trap was performed.
- June 30, 1970 — VY10 is disbanded to form the Aerospace Engineering Test Establishment in Cold Lake, Alberta, leaving Canadian Naval Aviation without a dedicated Test and Evaluation Capability.
- 1979-1980 — The Helicopter Operational Evaluation and Test Facility (HOTEF) was created out of a renewed requirement for dedicated body to test fly maritime helicopters — namely the CH-124 Sea King.
- 1980-2005 — HOTEF becomes the model for all other Operational Test and Evaluation (OT&E) units in the Air Force, conducting hundreds of OT&E projects for both 12 Wing and the Air Force, improving the capability and effectiveness of the CH-124 helicopter, and paving the way for the implementation of the CH-148 Cyclone.

25 ans d'essais et d'évaluations

par le Lt Ian McIntyre

C'est le 14 septembre 1939 qu'Igor Ivanovich Sikorsky (1889-1972) effectuait un premier vol à bord de son VS-300. Malgré l'opposition exprimée au sein du monde de l'aviation, ses recherches continues ont finalement abouti à la mise sur pied d'une industrie mondiale d'hélicoptères.

Pour la première fois, un hélicoptère Sikorsky réussissait son vol d'essai. Depuis, d'innombrables vols d'essai de Sikorsky ont été effectués et en ce qui concerne les Sea King, personne ne l'a fait avec autant de succès que l'Installation d'évaluation et d'essais opérationnels — Hélicoptères (IEEOH), au cours des 25 dernières années.

L'IEEOH, située à la 12^e Escadre Shearwater, a la responsabilité de tous les essais opérationnels du nouvel équipement ainsi que des procédures opérationnelles relatives au CH-124 Sea King. Essentiellement, l'IEEOH a la responsabilité de faire des recherches et de tester l'équipement de pointe des Sea King, de sorte que les équipages puissent fonctionner avec efficacité une fois déployés. L'IEEOH a également participé à d'autres projets, notamment à des exercices sur les véhicules aériens téléguidés (UAV) et à des essais d'équipement de survie — aéronefs.

Actuellement, la 12^e Escadre, et les FC en général, attendent l'arrivée de la plus récente acquisition de Sikorsky, le CH-148 Cyclone. La livraison du premier aéronef est attendue dans environ trois ans, et les

autres hélicoptères seront livrés au rythme de un par mois, jusqu'à concurrence de 28.

« La capacité du nouvel hélicoptère sera énorme », a expliqué le Major Gregory Leis, commandant de l'IEEOH. « Pour le moment, nous tentons simplement de déterminer quelle sera sa capacité opérationnelle initiale et quel serait le meilleur moyen de préparer un aéronef apte au vol à devenir un appareil de combat efficace. »

L'unité effectuera des essais et des évaluations pour s'assurer que le nouvel aéronef est prêt à assumer les responsabilités exercées pendant de très nombreuses années par le Sea King. Tout comme ils l'ont fait dans le passé, les militaires de l'IEEOH relèveront ces défis et iront même au-delà de toutes les attentes.

IEEOH : Une histoire racontée au fil des projets. Historiquement, le tracé de l'évolution de l'escadron, depuis une installation d'essais jusqu'à la constitution d'une unité officielle, n'a pas suivi de ligne continue :

- 5 novembre 1952 — L'escadron VY-10 est créé à Shearwater pour les essais en vol du tout nouveau torpilleur TBF Avenger qui utilisait à l'époque la US Navy pour la guerre anti-sous-marin (ASW).
- 1957-1964 — La VY-10 a surtout pour un rôle relié au CSZF Recker.
- 27 novembre 1963 — L'escadron VY-10 effectue le premier atterrissage sur pont, sans dispositif d'amarrage, d'un hélicoptère Sea King à bord du HMCS Annapolis, à l'ancre dans le bassin Bedford.
- 3 décembre 1963 — Premier atterrissage au moyen du câble et du système d'appontage.
- 30 juin 1970 — L'escadron VY-10 est dissout pour constituer le Centre d'essais techniques (Aerospaciale) à Cold Lake (AB). L'organisme canadien se retrouve donc dépourvu de capacité spécifique d'essais et d'évaluation.
- 1979-1980 — L'IEEOH est créée compte tenu du besoin renouvelé d'une unité spécialisée pour faire des essais en vol d'hélicoptères maritimes, notamment les CH-124 Sea King.
- 1980-2005 — L'IEEOH devient un modèle pour toutes les autres unités d'essai opérationnel et d'évaluation (OT&E) de la Force aérienne, elle réalise des centaines de projets d'OT&E pour la 12^e Escadre et pour la Force aérienne.

My thank you

I am writing this letter to all the fine men and women who are in the service in one way or another.

I am a 22-year-old student working for DND through a co-op from my college in Brantford. I have always been a military buff and can pick out an aircraft from something as small as the edge of a tail or the slope of its canopy. It has always been my dream to become part of the service in one way or another, so when I was offered the chance to come to Ottawa and be a student

packaging specialist for the DSCO, I knew it was a trip I had to take.

Until I began working here I was not fully aware of the large contributions that the CF and DND gives to the world. Through reading *The Maple Leaf* and other publications around the office, my eyes have been opened to all the wonderful ways the Forces help to ease pain and suffering of others. It is truly sad that the national media does not cover these issues as deeply as they should.

Please consider this to be my thank you letter to all the veterans, staff, soldiers and volunteers to our great country, who do not get enough credit. Your contributions are much appreciated and do not go unnoticed. Also, thanks to my experiences here, I am considering living another dream and enlisting in the Canadian Air Force once I am finished obtaining my degree.

Mike Kleinveld
Packaging Technical Specialist

Un gros merci

Ma lettre s'adresse aux hommes et aux femmes extraordinaires qui œuvrent dans le service militaire.

Je suis un étudiant de 22 ans qui travaille au MDN dans le cadre d'un programme d'enseignement coopératif de mon collège, à Brantford. J'ai toujours été un mordu de la vie militaire : je peux reconnaître un aéronef à la pointe de sa queue ou à l'inclinaison de sa verrière. J'ai toujours rêvé de faire partie du service militaire d'une façon ou d'une autre, alors, lorsqu'on m'a donné la chance de venir à Ottawa et de travailler comme emballagiste étudiant

pour le DOCA, je savais que je ne devais pas rater cette occasion.

Avant de commencer à travailler ici, je n'étais pas pleinement conscient des immenses contributions des Forces canadiennes et du MDN dans le monde. La lecture de *La Feuille d'érable* et d'autres publications que j'ai trouvées au bureau m'a fait découvrir les moyens formidables que prennent les FC pour aider à atténuer la douleur et la souffrance des personnes éprouvées. Je trouve déplorable que les médias nationaux ne s'attardent pas plus en profondeur à ces dossiers.

Par cette lettre, je désire remercier les anciens combattants, le personnel, les soldats et les bénévoles de notre beau pays. On ne reconnaît pas suffisamment leur mérite. Vos contributions sont très appréciées et ne passent pas inaperçues. Grâce à l'expérience que j'ai acquise ici, je songe à poursuivre un autre rêve, celui de m'enrôler dans la Force aérienne du Canada lorsque j'aurai obtenu mon diplôme.

Mike Kleinveld,
spécialiste de l'emballage technique

ARMY

Gunners fire first rounds of new Howitzer

By MCpl Dennis Power

SHILO, Manitoba — To support an increased mission in Afghanistan, artillery units will be deploying with a new Howitzer. Last month, A Battery, 1 Royal Canadian Horse Artillery (1 RCHA), positioned four of the new M777 behind the officers' mess for a ceremonial first shot. The senior gun in the Corps of the Artillery fired the first round.

This detachment, commanded by Sergeant Paul Dolomont, is the same that fired the last round from an M109 before it was removed from service in 2005.

"It sent a proud chill up my back, it's the start of a new era. This gun gives us the mobility that we'll need in the terrain

of Afghanistan and a big punch on the ground," said Sgt Dolomont after the shoot.

The M777 presents key features including:

- large caliber;
- lightweight;
- range and accuracy;
- air-portability; and
- ability to fire conventional and precision munitions.

Major Bruno Di Ilio, project director of the Lightweight 155 mm Towed Howitzer System describes the M777 as "the best lightweight-towed howitzer in the world."

The ability to fire precision munitions is a valuable asset with the Triple 7, especially where action may occur in built-up areas.

"It allows us to deliver rounds on a target and minimizes the possibility of collateral

damage to property or population that may be near the target area," said Maj Di Ilio.

Brigadier-General David Fraser, commander of 1 Canadian Mechanized Brigade Group, will be in Afghanistan in 2006 as commander, Multi-National Brigade, Regional Command South.

"This gun system is going to be very important to us in helping to support the Afghan National Army, who we'll be helping to train and conduct operations with," said BGen Fraser.

This new system will be deployed to a combat environment for the first time with Canadian soldiers.



Gunners prepare an M777 Howitzer prior to firing the first round from the new system.
Des artilleurs préparent un obusier M777 avant son premier tir.

Les premiers tirs du nouvel obusier

par le Cplc Dennis Power

SHILO (Manitoba) — Afin de satisfaire à des exigences de mission toujours plus grandes en Afghanistan, des unités d'artillerie équipées d'un nouvel obusier seront déployées dans ce pays. Le mois passé, la batterie A du 1^{er} Régiment, Royal Canadian Horse Artillery (1 RCHA), a envoyé quatre nouveaux obusiers M777 derrière le mess des officiers pour un premier tir cérémoniel. C'est le doyen des artilleurs du Corps d'artillerie qui a tiré le premier coup.

Commandé par le Sergent Paul Dolomont, le détachement est le même qui a tiré le dernier coup du M109 avant son retrait du service en 2005.

« Un frisson de fierté m'est remonté dans le dos. C'est le début d'une nouvelle ère. Cet obusier nous donnera la mobilité dont nous avons besoin sur le terrain en Afghanistan et toute une puissance de feu au sol », a déclaré le Sgt Dolomont après le tir.

Le M777 offre plusieurs caractéristiques essentielles, notamment :

- gros calibre;
- léger;
- portée et précision;
- aérotransportable;
- capacité de tirer des munitions classiques et de précision.

Le Major Bruno Di Ilio, directeur de projet pour l'obusier tracté léger de 155 mm, décrit le M777 comme étant « le meilleur obusier tracté léger au monde ».

La capacité de tirer des munitions de précision est un atout appréciable du Triple 7, surtout lorsque l'action peut survenir en zone bâtie.

« Cet obusier nous permet d'atteindre un objectif tout en minimisant les possibilités de dommages collatéraux aux propriétés ou à la population qui pourrait se trouver aux alentours », a ajouté le Maj Di Ilio.

Le Brigadier-général David Fraser, commandant du 1^{er} Groupe-brigade mécanisé du Canada, sera en Afghanistan en 2006 à titre de commandant de la brigade multinationale pour le Commandement régional – Sud.

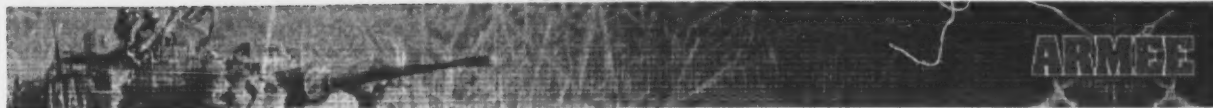
« Ce système canon sera très important pour nous car il nous permettra d'appuyer l'Armée nationale afghane que nous allons seconder en matière d'entraînement et avec laquelle nous allons effectuer des opérations », a déclaré le BGen Fraser.

Ce nouveau système sera déployé en environnement de combat pour la première fois avec des soldats canadiens.



MSgt Todd Engram prepares to load the first round fired by an M777 Howitzer in Canada.

Le Bdr Todd Engram s'apprête à charger le premier obus tiré par un obusier M777 au Canada.



Zone de largage Lanteigne : un parachutiste réalise un exploit

par le Cplc Serge Gouin

BFC VALCARTIER — Le mois dernier, l'Adjudant Rock Lanteigne a réalisé son rêve en devenant le premier à avoir accompli 1000 sauts en ligne statique avec un parachute militaire rond. Jeune, il a été inspiré par « Les hommes volants », une série télévisée de l'époque, puis nargué par un adjudant-chef qui lui avait dit : « avec ta "shape", tu ne feras pas plus de 50 sauts. »

Pour honorer son exploit, la zone de largage Stony Ridge, sur la base de Valcartier, portera maintenant le nom de « Zone de largage Lanteigne ». Les corrections seront bientôt visibles sur les cartes topographiques de la région : une reconnaissance rare pour un membre encore actif au sein des FC.

C'est par amour pour le parachutisme qu'il a pu se rendre si loin. En plus de ses 1000 sauts en ligne statique, l'Adj Lanteigne a réalisé plus de 2500 sauts en chute libre. Il a été instructeur pendant 13 ans, ce qui lui a permis de donner pas moins de 68 cours de parachutisme de base.

L'Adj Lanteigne a déjà servi de cobaye pour tester plusieurs pièces d'équipement dans les airs et a même dû faire face à trois défectuosités dans une même journée totalisant six sauts, le forçant à utiliser son parachute de réserve.

À son actif, il collectionne des ailes françaises, britanniques, américaines, italiennes, israéliennes et danoises. Il a aussi fait partie de l'équipe de sauteurs d'élites des SkyHawks à deux reprises, en 1997-1998 et en 2004.

Étonnamment, l'Adj Lanteigne ne s'est jamais rien cassé en sautant. Toutefois, il a vécu plusieurs sauts tragiques où il a dû composer avec des vents de 22 à 26 nœuds, traverser la glace d'un lac à l'atterrissage, sauter 10 minutes



L'Adj Pierre Marchand (à gauche) et l'Adj Rock Lanteigne, tous deux du 5^e Groupe-brigade mécanisée du Canada, 3 R22^e B, attendent le décollage assis dans un hélicoptère Griffon.

WO Pierre Marchand (left) and WO Rock Lanteigne of 5 Canadian Mechanized Brigade Group, 3rd Battalion, Royal 22^e Régiment, wait for take-off in a Griffon helicopter.

avant le passage d'une tornade et débouler le flanc d'une montagne lors d'un saut de nuit au Texas.

Le « vieux loup », comme plusieurs le surnomment, se dit prudent car « les accidents sont souvent des erreurs humaines ». Son truc pour demeurer avec les parachutistes

tout au long de sa carrière a été de s'entourer de jeunes, lui assurant une place de choix dans l'action.

Ayant couru 54 marathons, dont 20 avec ses bottes de combat et son sac à dos, il affirme être au parachutisme ce que Gordie Howe a été au hockey.

Lanteigne Drop Zone: A parachutist fulfills his dream

By MCpl Serge Gouin

CFB VALCARTIER — Last month, Warrant Officer Rock Lanteigne realized his dream of becoming the first person to complete 1 000 static line jumps using a round military parachute. As a young man, he had been inspired by the television series, "Ripcord". Later on, he was scoffed at by a chief warrant officer who told him, "with your shape, you'll never make more than 50 jumps".

In honour of his achievement, Stony Ridge Drop Zone, on CFB Valcartier, will henceforth bear the name Lanteigne Drop Zone. The change will soon be marked on topographical maps of the region: rare recognition for a member who is still active in the CF.

It is his love of parachuting that has brought him so far. In addition to his 1 000 static line jumps, WO Lanteigne has made over 2 500 free-fall jumps. He has been an instructor for 13 years, during which time he has given no fewer than 68 basic parachute courses.

He has also served as a guinea pig, testing various pieces of equipment in flight. And on one occasion, he had to deal with three situations involving defective

equipment in one day, when he completed six jumps and had to rely on his reserve parachute to land safely.

In addition, WO Lanteigne collects French, British, American, Italian, Israeli and Danish wings. And on two occasions he was a member of the SkyHawks elite jumping team, in 1997-1998 and in 2004.

Amazingly, WO Lanteigne has never broken any bones while jumping. He has, however, had a few harrowing jumps, during which he coped with 22- to 26-knot winds, crossed a frozen lake after landing, jumped 10 minutes before a tornado hit and tumbled down the side of a mountain during a night jump in Texas.

The vieux loup, (translated old wolf) as he is commonly called, says he attributes his cautiousness to the fact that accidents are often the result of human error. His secret to working with parachutists throughout his career has been to surround himself with young people, thus guaranteeing him a place in the heart of the action.

Having run 54 marathons, including 20 in his combat boots and backpack, he says that he is to parachuting what Gordie Howe was to hockey.



L'Adj Rock Lanteigne se prépare pour son 1000^e saut en ligne statique.
WO Rock Lanteigne prepares to attempt his 1 000th static line jump.

AIR FORCE

Importance du conditionnement physique accru – les répercussions sur la Force aérienne

Le chef d'état-major de la Force aérienne, le Lieutenant-général Steve Lucas, met au défi les membres de la Force aérienne de tous les grades et de tous les niveaux de suivre la vague axée sur le conditionnement physique annoncée récemment par le chef d'état-major de la Défense, le Général Rick Hillier.

Dans un CANFORGEN diffusé au mois de décembre, le CEMD a transmis aux militaires leurs « résolutions » pour 2006 et les années à venir. « La transformation des FC aura pour effet d'augmenter la capacité de réagir rapidement, en cas de crises, au pays comme à l'étranger. La forme physique de nos soldats, de nos marins et de nos membres du personnel navigant est une composante essentielle et cruciale quant à la préparation opérationnelle, aux fonctions militaires et au leadership en général », a précisé le Gén Hillier.

Qu'est-ce que cela signifie au juste pour la Force aérienne?

La Force aérienne a adopté une approche proactive concernant l'activité physique bien avant la diffusion du CANFORGEN. En effet, dès 2004, le CEMFA avait souligné l'importance de la forme physique pour tous les membres de la Force aérienne. Il avait alors annoncé, par le biais d'un CANAIRGEN, la mise en œuvre d'une campagne de mise en forme au sein de la Force aérienne.

Dans le cadre de la campagne à court terme, le CEMFA a chargé tous les niveaux de faire preuve de leadership pour que tous les membres de la Force aérienne (Force régulière et réservistes visés) répondent aux normes d'évaluation de la condition physique des FC (test EXPRES).

Pour contribuer à l'atteinte de cet objectif, on a mis en place un processus de vérification annuelle de l'état de préparation du personnel dans les escadres. Le processus est contrôlé par les chaînes de commandement. Grâce à ce projet, on appuie et on encourage fortement le personnel de la Force aérienne à s'entraîner en vue de se préparer à l'évaluation de la forme physique et à communiquer les résultats de leurs tests à leur chaîne de commandement.

En février 2005, la Force aérienne a conclu un accord sur les niveaux de service avec l'Agence de soutien du personnel des Forces canadiennes pour que cette dernière examine le programme d'activité physique actuel et mette au point des normes de condition physique et des programmes préalables au déploiement

qui aideront la Force aérienne à respecter ses engagements futurs et qui contribueront à l'atteinte des objectifs opérationnels. L'examen produira un outil d'évaluation de la condition physique validé scientifiquement pour déterminer l'état de préparation opérationnel du personnel de la Force aérienne. On pourra ainsi établir des normes minimales de condition physique et élaborer un programme exhaustif d'entraînement pour aider les membres à atteindre ou à dépasser les exigences opérationnelles minimales.

Les militaires qui s'intéressent à ce dossier peuvent faire une demande en passant par la chaîne de commandement. Ils peuvent aussi se tenir au courant en lisant *La Feuille d'érable* et en consultant le nouveau site des affaires publiques de la Force aérienne du RID.

What the new CF fitness push means for the Air Force

The Chief of the Air Staff, Lieutenant-General Steve Lucas, is challenging members of the Air Force at all ranks and levels to embrace the push towards physical fitness recently announced by the Chief of the Defence Staff General Rick Hillier.

In a CANFORGEN released in December, the CDS gave the troops their "to do list" for 2006 and beyond—get in shape. At the time he said, "CF Transformation will make the CF more responsive by enhancing our ability to act quickly in the event of crises, whether in Canada or around the world. The physical fitness of our soldiers, sailors and airmen and airwomen is an essential and critical component of our operational readiness and of military duty and leadership in general."

So what exactly does this mean for the Air Force?

The Air Force is continuing its proactive stance towards physical fitness, which has been ongoing even prior to the recent

CANFORGEN. In fact, in 2004, the CAS highlighted the importance of maintaining a high level of physical fitness to all Air Force personnel by announcing, via CANAIRGEN, the implementation of an Air Force fitness campaign.

As part of the short-term fitness campaign, the CAS mandated his leadership at all levels to ensure that all members of the Air Force (Regular Force and applicable Reserve Force personnel) meet the current CF EXPRES Test Standards. To assist in meeting this goal, an Annual Personnel Readiness Verification process was developed and initiated across the Air Force. This process is now fully implemented across the wings and monitored throughout the chain of command. As a result of this initiative, at this time, Air Force personnel are strongly encouraged and supported in their efforts to train, work out and prepare for their express test, and report the results of their tests through the chain of command.

Last February, the Air Force signed a service level agreement with the Canadian Forces Personnel Support Agency to review current physical fitness programs and develop a new pre-deployment physical fitness standard and training program that will help the Air Force to meet its future commitments, thus contributing to achieving its operational goals. This review will produce a scientifically validated physical fitness evaluation tool to assess operational and deployment readiness of Air Force personnel, resulting in the establishment of minimal physical fitness standards and the development of a comprehensive training program developed to prepare members to achieve and exceed the prescribed minimal requirements.

Members interested in tracking developments should inquire through the chain of command, or watch for updates in *The Maple Leaf*, and on the new Air Force Public Affairs DIN site.



Lt Col Bob Blair works out in the gym at 8 Wing Trenton. Lt Col Blair won an award last year for his exceptional aerobic fitness level. He is currently posted to the Canadian Aerospace Warfare Centre.

Le Lt Col Bob Blair s'entraîne au gymnase de la 8^e Escadre Trenton. L'an dernier, il a gagné un prix pour son excellente forme physique aérobique. Il est actuellement affecté au Centre de guerre spatiale des FC.

The Air Force is full of fit folks—you just have to look!

By Holly Bridges

Over the past few months, we have profiled some of the fittest members in the Air Force today—a Winnipeg search and rescue technician named the fastest 100-mile marathoner in Canada: "Team Air Force" from Borden that climbed one and a quarter mile straight up the CN Tower in Toronto (that's 1 777 stairs) to raise money for the United Way; two members from Comox now certified as international Tae Kwon Do referees; and a team of indefatigable and inspired comrades from Winnipeg who proudly

earned a team medal by walking for four days and 160 kilometres in last year's Nijmegen March.

The recent push for a fitter CF has not been lost on the Air Force community, in fact, air personnel are rising to the occasion, devising new and innovative ways to get fit and fight the flab. New classes are popping up all over the place, and more and more members are coming forward with ways to push themselves and motivate others by setting a good example.

"I fully agree with the new fitness directive that was recently promulgated by the Chief of the Defence Staff," says

Major Doug Mattila, a Winnipeg air Reservist and member of the 17 Wing Nijmegen team last July. "I personally feel that if you are going to be part of the CF, whether you are Regular Force or Primary Reserve, you should be willing, able and fit, to fight or deploy in, or out of Canada for humanitarian reasons or world security.

"A basic leadership lesson which is taught and instilled throughout a member's career is to "lead by example". How could I ask my troops to maintain their fitness, if I did not? This is where Defence Ethics come into play such as integrity, loyalty

and responsibility. I have 35 years total service (28 Regular Force and seven years Reserve Force) and take pride in keeping fit, maintaining a high standard of dress and deportment because when I wear the CF uniform, I am representing Canada. It is also a proven point, "that a healthy body, means a healthy mind" which will result in better work performance. I believe it is every supervisor's responsibility to ensure their troops and staff follow the CDS's fitness directive to remain fit to fight, which will instill self-discipline and motivation to the troops."

FORCE AÉRIENNE

Y a-t-il du personnel en forme dans la Force aérienne? Regardez bien!

par Holly Bridges

Au cours des derniers mois, nous avons dressé un profil de quelques-uns des militaires les plus en forme de la Force aérienne d'aujourd'hui – un technicien en recherche et sauvetage qu'on dit le plus rapide marathonien du Canada sur une distance de 100 milles; l'« Équipe de la Force aérienne » de Borden qui a gravi les 1777 marches de la tour du CN à Toronto pour recueillir des fonds pour Centraide; deux militaires de Comox maintenant accrédités comme arbitres internationaux de taekwondo et une équipe de camarades de Winnipeg, infatigables et inspirés, qui ont remporté avec fierté une médaille d'équipe en parcourant 160 km, pendant quatre jours, pour la Marche de Nimègue, l'an dernier.

Les efforts déployés récemment pour améliorer la condition physique dans les FC ne sont pas passés inaperçus au sein de la Force aérienne. En fait, le personnel de la Force saisit l'occasion et crée des façons nouvelles et novatrices de se mettre en forme et de lutter contre la prise de poids. De nouvelles classes font leur apparition un peu partout et de plus en plus de militaires proposent des façons de bouger et de motiver les autres en donnant le bon exemple.

« Je souscris entièrement à la directive sur la condition physique diffusée récemment par le chef d'état-major de la Défense », affirme le Major Doug Mattila, membre de la Réserve aérienne de Winnipeg et de

l'équipe de la 17^e Escadre Winnipeg, qui a fait la marche de Nimègue en juillet dernier. « Je suis personnellement d'avis que si vous voulez faire partie des FC, que ce soit dans la Force régulière ou dans la Première réserve, vous devez être disposé à combattre ou à être déployé au Canada ou à l'étranger, pour des raisons humanitaires ou des questions de sécurité internationale, et être apte à le faire. »

« Diriger par l'exemple » est l'une des leçons de leadership fondamentales qui sont enseignées et inculquées tout au long de la carrière d'un militaire. Comment pourrais-je demander à mes troupes de maintenir leur condition physique si je ne le fais pas moi-même? C'est ici qu'entre en jeu l'éthique de la Défense, notamment l'intégrité, la loyauté et la responsabilité. J'ai 35 années de service au total (28 dans la Force régulière et 7 dans la Réserve) et je tire une grande fierté de rester en forme, d'avoir une tenue et une conduite répondant à des normes élevées parce que, étant vêtu de l'uniforme des FC, je représente le Canada. En outre, il ne fait plus aucun doute qu'un corps sain va de pair avec un esprit sain et qu'il en résulte un meilleur rendement au travail. Je crois qu'il incombe à chaque superviseur de voir à ce que ses troupes et son personnel respectent la directive du CEMD sur la condition physique et à ce qu'ils soient toujours prêts au combat, de sorte que les troupes acquièrent ainsi de l'autodiscipline et de la motivation. »



"Team Air Force" from Borden as they reach the top of the CN Tower in Toronto. Left to right: MCpl Wayne Seymour, Sglt Yvon Lévesque, MCpl Dale Davignon, Sglt Tony Gale, MCpl Paul Lévesque and CWO Louis Limoges.

L'Équipe de la Force aérienne de Borden au moment où elle atteint le sommet de la tour du CN à Toronto. De gauche à droite, le Cplc Wayne Seymour, le Sglt Yvon Lévesque, le Cplc Dale Davignon, le Sglt Tony Gale, le Cplc Paul Lévesque et l'Adjud Louis Limoges.

Nos gens au travail

Il se pourrait que le Capitaine Meagan McGrath devienne un modèle de bonne condition physique dans la Force aérienne. Elle est une fervente d'alpinisme et elle a déjà escaladé quelques-uns des plus hauts sommets du monde. Son prochain objectif est d'escalader le mont Everest à l'été 2007 pendant son congé. Le Capt McGrath souhaite inciter d'autres membres des FC et d'autres Canadiens à faire de l'activité, à se mettre en forme et à poursuivre leurs rêves.

Bravo Capt McGrath!

NOM : Meagan McGrath

GRADE : Capitaine

OCCUPATION : Ingénieure en aérospatiale
AFFECTATION ACTUELLE : Centre de guerre aérospatiale des FC, Détachement d'Ottawa, Centre d'expérimentation de la Force aérienne

SOMMETS ESCALADÉS DEPUIS 2002 :

- Gasherbrum II (26 360 pi), Pakistan
- Massif Vinson (16 066 pi), Antarctique
- Mont Elbrus (18 481 pi), Russie
- Mont McKinley (20 320 pi), États-Unis
- Aconcagua (22 841 pi), Argentine
- Kilimanjaro
- Tentative d'escalade du mont Kosciuszko (7 310 pi), Australie (en mars 2006)

POURQUOI AVOIR CHOISI L'ALPINISME EN PARTICULIER?

Toute ma vie, j'ai aimé faire du sport. Lorsque j'ai escaladé ma première montagne, j'ai réellement découvert une passion. C'était comme si j'étais destinée à faire de l'escalade. Cela m'a également permis d'intégrer à un seul

sport toutes mes habiletés liées à la condition physique.

POURQUOI EST-CE IMPORTANT POUR VOUS D'ÊTRE UNE SOURCE D'INSPIRATION POUR LES AUTRES?

En tant que membre des FC, j'estime qu'il est très important d'être un modèle et c'est pour moi une façon d'y arriver. Je pense aussi qu'il est important d'avoir un rêve, de se fixer des objectifs personnels et de tenter de les atteindre. Dans mon cas, c'est l'alpinisme; pour les autres, ce serait quelque chose de différent. Je veux montrer aux gens que peu importe ce qu'ils veulent faire dans la vie, ils peuvent y arriver s'ils y consacrent les efforts nécessaires.



Capt Meagan McGrath at the summit of Mount Vinson, Antarctica in December, 2004.

Décembre 2004 – Le Capt Meagan McGrath au sommet du mont Vinson, en Antarctique.

People at Work

Captain Meagan McGrath may find herself becoming somewhat of a role model for fitness in the Air Force. Capt McGrath is an avid mountain climber and has already scaled some of the tallest peaks in the world. Her next goal is to climb Mount Everest in the summer of 2007 while on leave. Capt McGrath hopes to inspire other CF members, and Canadians in general, to get active, get fit and follow their dreams, too.

Bravo Capt McGrath!

NAME: Meagan McGrath

RANK: Captain

OCCUPATION: Aerospace Engineer

CURRENT POSTING: Canadian Forces Aerospace Warfare Centre, Ottawa Detachment, Air Force Experimentation Centre

SUMMITS ATTEMPTED SINCE 2002:

- Gasherbrum II (26 360 ft), Pakistan
- Vinson Massif (16 066 ft) Antarctica
- Mount Elbrus (18 481 ft), Russia.
- Mount McKinley (20 320 ft), US

- Aconcagua (22 841 ft), Argentina
- Kilimanjaro
- Attempting Kosciuszko (7 310 ft), Australia (attempting in March 2006)

WHY MOUNTAIN CLIMBING AND NOT SOME OTHER SPORT?

I've always been athletic all my life. When I climbed my first mountain it really hit home with me. It was as though that was what I was meant to do. It allowed me to incorporate all my fitness skills into one area.

WHY IS IT IMPORTANT FOR YOU TO INSPIRE OTHERS?

As a member of the Canadian Forces I feel it's really important to be a role model and this is one way I can do that. I also feel it's important to have a dream, set goals for yourself and go for them. For me it's mountain climbing, for someone else it would be something different. I want to show people that no matter what it is they want to do in life, they can do it if they set their minds to it.

NAVY

New chief officially takes over watch

By Sarah Gilmour

At a January 17 change of command ceremony, Vice-Admiral Drew Robertson told the audience he looked forward to taking on the challenges of building the future Navy.

VAdm Robertson officially took command at 10:30 in front of about 250 people.

Navy flags on the walls of Ottawa's Congress Centre spelled 'Bienvenue VAdm Robertson' and 'Bravo Zulu VAdm MacLean'. General Rick Hillier, Chief of the Defence Staff, presided over the ceremony, reminding staff of the important role the Navy plays in shaping the future of the CF.

The four bells were rung as the outgoing and incoming chiefs of maritime staff entered with Gen Hillier. VAdm Bruce MacLean made his final address to maritime staff before joining his wife and twin daughters to enjoy his retirement.

"As I move on, I am confident that I am turning over the watch to an officer who is exceptionally prepared for this key leadership role," said VAdm MacLean.

They signed the change of command papers, and the maritime flag was raised following his first speech. "Half of the world's population lives within 60 miles of the coastline," said VAdm Robertson. "As you know, under the Defence Policy Statement our maritime forces are to stand ready to respond to...events up to

the high water mark, and beyond, around the world."

VAdm Robertson's two sons, Craig, 16 and Alex, 13, did not think their father's new appointment would keep him out of touch.

"He's home a lot, usually for dinner unless there's a meeting," said Alex, a soccer enthusiast with bright red hair.

In the months ahead, the new Chief of the Maritime Staff will oversee Canada's involvement in NATO's standing maritime group, the replacement of Maritime Forces Pacific's service craft and numerous maritime exercises.



VAdm Drew Robertson makes his first speech as Chief of the Maritime Staff on January 17 at the Congress Centre in Ottawa.

Le 17 janvier, au Centre des congrès d'Ottawa, le VAm Drew Robertson prononce son premier discours à titre de chef d'état-major de la Force maritime.

Un nouveau chef prend la relève

par Sarah Gilmour

Le 17 janvier, lors de la cérémonie de passation de commandement, le Vice-amiral Drew Robertson a affirmé qu'il avait hâte de relever les défis accompagnant le façonnement de l'avenir de la Marine.

Le VAm Robertson a officiellement pris le commandement de la Marine à 10 h 30, devant environ 250 personnes.

Les drapeaux de la Marine posés sur les murs du Centre des congrès d'Ottawa proclamaient: « Bienvenue VAm Robertson » et « Bravo zulu VAm MacLean ». Le Général Rick Hillier, chef d'état-major de la Défense, qui présidait la cérémonie, a rappelé à tous l'importance du rôle de la Marine dans l'avenir des FC.

Les quatre cloches ont été sonnées à l'arrivée du nouveau et de l'ancien chef d'état-major de la Force maritime et du VAdm Robertson. Le VAm Bruce MacLean s'est adressé aux marins avant d'aller rejoindre sa femme et ses jumelles et de commencer à goûter à sa retraite.

« Alors que je quitte la Marine, j'ai la certitude de passer le relais à un officier qui est exceptionnellement préparé pour

assumer ce leadership de première importance », a indiqué le VAm MacLean.

Les vice-amiraux et le Gén Hillier ont signé les documents de passation de commandement et le drapeau maritime a été hissé après le premier discours du nouveau CEMFM. « La moitié de la population mondiale habite à moins de 60 milles des côtes », a précisé le VAm Robertson. « Comme vous le savez, l'Énoncé de la politique de défense prévoit que nos forces maritimes seront prêtes à réagir et à intervenir à la suite d'événements jusqu'à la laisse de haute mer et au-delà. »

Les deux fils du VAm Robertson, Craig, 16 ans et Alex, 13 ans, n'ont pas l'impression que la nouvelle affectation de leur père l'éloignera d'eux.

« Il est souvent à la maison, habituellement pour le souper, à moins d'une réunion », explique Alex, un fanatique de soccer aux cheveux roux flamboyants.

Au cours des prochains mois, le nouveau chef d'état-major de la Force maritime supervisera la participation du Canada au groupe maritime permanent de l'OTAN, le remplacement des navires de servitude YAG et de nombreux exercices maritimes.

Cadet wins naval scholarship

By Bruce Hayes

Jessica Norman of Burin, Newfoundland, has won this year's Naval Officers' Association of Canada (NOAC) scholarship.

Former Sea Cadet Chief Petty Officer, 1st Class Norman served seven years in Royal Canadian Sea Cadet Corps 280 Zaandam Corps. Her cadet training was as a boatswain. Ms. Norman now studies nautical science at the Marine Institute of Memorial University in Newfoundland.

"A strong individual and hard worker who shows a great degree of professionalism," said Lieutenant(N) Albert Jorgenson, describing Ms. Norman. Lt(N) Jorgenson was her commanding officer.

The \$2 000 NOAC Scholarship is awarded annually to assist a sea cadet entering studies related to maritime affairs. This is the second year a Sea Cadet from Newfoundland received this award. Last year's recipient, Grant Gillard, also attends the Marine Institute and has been honoured the best second-year student.

Jim Cahill, president of the Naval Officers Association of Newfoundland, presented this year's award. Also present was Brenda Pinto, representing the Navy League of Canada.

Parties interested in the NOAC Scholarship contact the National Office of the Navy League of Canada.

Mr. Hayes is the national director of communications with the NOAC.



Jessica Norman receives the \$2 000 Naval Officers' Association of Canada Scholarship from Jim Cahill, president of the Newfoundland chapter, and Brenda Pinto of the Navy League of Canada.

Jessica Norman a reçu une bourse de 2000 \$ de l'Association des officiers de la Marine du Canada, qui lui a été remise par Jim Cahill, président de la filiale de Terre-Neuve, et Brenda Pinto, de la Ligue navale du Canada.

Une cadette de la Marine obtient une bourse

par Bruce Hayes

Jessica Norman de Burin, à Terre-Neuve, a obtenu la bourse de l'Association des officiers de la Marine du Canada (AOMC).

L'ancienne cadet-premier maître de 1^{re} classe Norman a servi pendant sept ans au sein du 280^e Corps des cadets de la Marine royale canadienne Zaandam. Elle a été formée comme maître d'équipage. M^{me} Norman étudie maintenant en sciences nautiques à l'Institut maritime de l'Université Memorial, à Terre-Neuve.

Le Lieutenant de vaisseau Albert Jorgenson, qui a été son commandant, la décrit ainsi: « Une personne forte et une travailleuse acharnée qui fait preuve d'un niveau supérieur de professionnalisme ».

La bourse de l'AOMC, d'une valeur de 2000 \$, est décernée chaque année à

un cadet de la Marine qui entreprend des études dans des disciplines liées à la Marine. C'est la deuxième année qu'un cadet de Terre-Neuve reçoit la bourse. Le récipiendaire de l'an dernier, Grant Gillard, étudie lui aussi à l'Institut maritime de l'Université Memorial. Il a reçu cette année le titre de meilleur étudiant de deuxième année.

Jim Cahill, président de l'Association des officiers de la Marine de Terre-Neuve, a remis la bourse cette année à M^{me} Norman. Brenda Pinto, de la Ligue navale du Canada, était également présente.

Pour de plus amples renseignements sur la bourse de l'AOMC, communiquez avec le bureau national de la Ligue navale du Canada.

M. Hayes est le directeur national des communications de l'AOMC.



MARINE

Sea Cadets' took to the Arabian Sea

By Kurt Heinrich

Cadet Petty Officers 1st Class Tyler Kiefer and Bradley Wilde never thought they would spend their holidays with the spray of the Arabian Sea on their face.

The 18-year-old Sea Cadets experienced sea, sailing and a foreign culture when they travelled to Mumbai, India, as Canada's representatives in the

International Sea Cadet Association sailing regatta late last year.

They hail from different Sea Cadet Corps—Cadet POI Kiefer is from 81 Royal Canadian Sea Cadet Corps (RCSCC) Hampton Grey VC in Nelson, B.C. and Cadet POI Wilde is from 263 RCSCC Beacon Hill in Langford, B.C. Their individual sailing accomplishments earned them both a spot on Canada's team.

Sea Cadets from Scotland, England, Sweden, Holland, Singapore and Hong Kong sailed the Arabian Sea in 420 sailboats during the first race. Cadet POI Kiefer and his crewmate from Sweden took first. Cadet POI Wilde, sailing with a teen from India earned third place, despite a language barrier he encountered with his partner.

The next event, kayaking, was a challenge for Cadet POI Kiefer, who had limited experience in the cockpit of a kayak. "I learned how to do it only in the first week of training (for this competition)," he said. Despite this, he finished second, while Cadet POI Wilde took the first place finish.

In the final event, massive dragon boats, "really heavy canoes" as Cadet POI Kiefer described, were filled with 10 cadets. Cadet POI Wilde and his team finished second and Cadet POI Kiefer's team took third.

For 10 days, Cadets shared accommodations with the other international competitors. At the end of the regatta, the Sea Cadets witnessed Indian New Year's, toured and attended the closing ceremonies.

"The regatta was about water competition, but also exposure to other nationalities. The culture shock hit both Canadians, especially at mealtime. There were usually three Indian dishes. They were very hot for us, but the Indians that ate it said it was very mild," said Cadet POI Kiefer.

The cadets came home with an interesting tale of what they did over Christmas vacation. "We knew we were representing Canada and we did our best," said Cadet POI Kiefer.

Mr. Heinrich is a reporter from the Lookout.



In Esquimaux Harbour, Cadet POI Tyler Kiefer and Cadet POI Bradley Wilde prepared to compete against Cadets from around the world at a Sea Cadet Association sailing regatta in Mumbai, India.

Dans le port d'Esquimaux, les CMI Tyler Kiefer et Bradley Wilde se préparent à affronter des cadets des quatre coins de la planète lors des régates de voile de l'Association internationale des cadets de la Marine à Mumbai, en Inde.

LOOKOUT

Des cadets de la Marine goûtent à l'air salé de la mer d'Oman

par Kurt Heinrich

Les cadets-maîtres de 1^{re} classe Tyler Kiefer et Bradley Wilde n'auraient jamais cru qu'ils passeraient leurs vacances des Fêtes aspergées par la mer d'Oman.

Ces cadets de la Marine, tous deux âgés de 18 ans, ont pu profiter de la mer, faire de la voile et découvrir une culture étrangère lors d'un voyage à Mumbai, en Inde, en tant que représentants du Canada aux régates de voile de l'Association internationale des cadets de la Marine à la fin de 2005.

Le CMI Kiefer fait partie du 81^e Corps de cadets de la Marine royale canadienne (CCMRC) Hampton Grey VC, de Nelson, en C.-B., et le CMI Wilde fait partie du 263^e CCMRC Beacon Hill, de Langford, en C.-B. Leurs réussites dans le domaine de la voile leur ont permis d'obtenir une place au sein de l'équipe canadienne.

Des cadets de la marine originaires de l'Écosse, de la Grande-Bretagne, de la Suède, des Pays-Bas, de Singapour et de Hong Kong ont navigué sur la mer d'Oman à bord de 420 navires à voile lors de la première course. Le CMI Kiefer et son équipier suédois se sont classés au premier rang. Le CMI Wilde et son coéquipier indien sont arrivés à la troisième place.

En plus de la voile, les cadets ont participé à des épreuves de kayak, de canoë et de dragon. Les cadets ont également participé à des cérémonies de clôture et ont goûté à la cuisine indienne.

La prochaine épreuve, le kayak, s'est avérée être un défi pour le CMI Kiefer, qui avait très peu

d'expérience dans ce domaine. « J'ai appris les rudiments lors de la première semaine d'entraînement (pour la compétition) », explique-t-il. Malgré cela, il s'est classé en deuxième place, tandis que le CMI Wilde a décroché la première place.

L'épreuve finale était une course de canots dragons, « des canots très lourds », aux dires du CMI Kiefer. On comptait dix cadets par canot. Le CMI Wilde et son équipe se sont emparés de la deuxième place et l'équipe du CMI Kiefer, de la troisième place.

Pendant dix jours, les cadets ont été logés avec les autres compétiteurs des quatre coins de la planète. À la fin des régates, les cadets de la Marine ont participé aux célébrations du Nouvel An indien, ont visité et ont participé aux cérémonies de clôture.

Les régates étaient certes une compétition nautique, mais elles servaient aussi à exposer les jeunes aux autres cultures. Pour les deux Canadiens, le choc culturel s'est particulièrement fait sentir à l'heure des repas, où l'on servait habituellement trois mets indiens. « Nous trouvions que la nourriture était très épicée, mais les Indiens qui étaient avec nous la trouvaient plutôt fade », explique le CMI Kiefer.

Les cadets sont revenus au pays avec de fascinantes histoires sur leurs vacances de Noël. « Nous savions que nous représentions le Canada et nous avons fait de notre mieux », précise le CMI Kiefer.

M. Heinrich est rédacteur pour la publication The Lookout.

NAVAL TERM OF THE WEEK

Dutch Courage: The unrestrained bravery shown by a person who has had one too many. This refers to the old Dutch tradition of distributing shots of schnapps before a major sea or other battle.

TERME MARITIME DE LA SEMAINE

Dutch Courage : La témérité d'une personne qui a un peu trop bu. Le terme remonte à la vieille tradition néerlandaise qui consistait à faire boire du schnaps aux soldats avant une importante bataille en mer ou autres.



FOURTH DIMENSION QUATRIÈME DIMENSION

By:par Charmion Chaplin-Thomas

February 4, 1915

At Shoreham Camp in Sussex, 22-year-old Lieutenant W.F.N. Sharpe of Prescott, Ontario, whose commission appeared in the Gazette only yesterday, takes off for his first solo flight as a pilot of No 3 (Reserve) Squadron, Royal Flying Corps. Unfortunately, something goes wrong with the primitive aircraft and it plummets to the ground, killing Lt Sharpe and bringing an end to an odd episode in Canadian military aviation.

Lt Sharpe's journey to this moment began in September 1914 at Valcartier Camp, where he was one of the 30 000 volunteers being herded into the Canadian Expeditionary Force by the Minister of Militia and Defence himself, Lieutenant-Colonel Sam Hughes. Although he was one of only four Canadians certified as a pilot by the Aero Club of America, Lt Sharpe had no hope of finding a flying job among the infantry battalions of the CEF until the day he met Captain Ernest Lloyd Janney.

Capt Janney is known back home in Galt, Ont., as "a high flyer all right, but the meaning of the term is entirely different from that normally applied to an aviator." At Valcartier, however, he was in



The Canadian Aviation Corps' Burgess-Dunne seaplane.
L'hydravion Burgess-Dunne du Corps d'aviation canadien.

command of the Canadian Aviation Corps (CAC), with documents to prove it—plus authorization in the Minister's own handwriting to purchase "one biplane, with necessary accessories, entailing an expenditure of not more than \$5 000." Lt Sharpe accepted Capt Janney's invitation to become the CAC's first and only pilot.

As soon as he finished recruiting Lt Sharpe, Capt Janney hurried to Marblehead, Massachusetts, where he bought a Burgess-Dunne seaplane, previously the property of the U.S. Navy, that may have been the only aircraft within the Minister's price range that was both available and close to Québec City. The Burgess-Dunne was a unique tailless

hydro-plane with swept-back wings that made it so stable it could fly itself as long as the engine was running well; unfortunately, the engine on Capt Janney's aircraft needed an overhaul. The Burgess Company shipped the machine by rail to Isle La Motte, Vermont and on September 21, 1914, it set off for Québec City flown by Clifford Webster, a company pilot, with Capt Janney in the second pilot's seat.

After a severe engine failure and a week of waiting for parts at Deschailhons, Que., the Burgess-Dunne finally arrived at Québec City on September 29. It was loaded aboard the SS *Athenia* in pieces: the wings and engine were boxed up and stowed in the hold, and the fuselage was tied to the deck where it would bounce and lurch with every movement of the ship. By this time, the CAC had also acquired Sergeant Harry Farr, an aircraft mechanic recruited from a Victoria battalion by Lt Sharpe, and the three aviators found billets in the SS *Franconia*. The First Contingent departed Québec on October 3, 1914.

In England, while the Canadian battalions drilled on Salisbury Plain, Capt Janney drew up a grand plan for the Canadian Aviation Corps: with eight aircraft (four operational and four spares), five horses,

10 trucks and 46 men, he reckoned it would cost \$116 679.25. After presenting this proposal to the First Contingent's astonished commanding officer, Lieutenant-General Sir Edwin Alderson, Capt Janney drew an advance from the paymaster and set off to tour England, allegedly in search of a suitable site for the CAC aerodrome. Nothing was heard from him for many weeks, and in his absence Lt Gen Alderson struck the CAC from his establishment—easy to do, as no organization order had been issued to create it officially, and none of its members had been correctly enrolled in the CEF.

Lt Sharpe found a home with the Royal Flying Corps, and Sgt Farr eventually joined the Royal Naval Air Service, where he earned the Distinguished Service Cross and the Distinguished Flying Cross. In January 1915, Capt Janney surfaced again in Canada, as the organizer of a series of flying exhibitions to raise funds for the CAC; on hearing this news, Lt Col Hughes had him dismissed from the Militia.

The Burgess-Dunne never flew again. Damaged beyond repair during the voyage, it sat in the mud of Salisbury Plain until 1916, when its metal parts were sold as scrap.

Le 4 février 1915

Au Camp Shoreham dans le Sussex, le Lieutenant W.F.N. Sharpe, âgé de 22 ans, de Prescott, en Ontario, dont la commission a été publiée la veille dans la Gazette du Canada, quitte le sol pour son premier vol solo en tant que pilote du 3^e Escadron (Réserve) du Royal Flying Corps. Malheureusement, un pépin se produit et l'aéronef primitif plonge en flèche et enlève la vie au Lt Sharpe, marquant ainsi la fin d'un étrange épisode de l'histoire de l'aviation militaire du Canada.

Le cheminement du Lt Sharpe débute en septembre 1914, au Camp Valcartier, alors qu'il s'y trouve avec les 30 000 volontaires réunis au sein du Corps expéditionnaire canadien (CEC) par le ministre de la Milice et de la Défense, le Lieutenant-colonel Sam Hughes. Même s'il est l'un des quatre Canadiens à posséder un certificat de pilote de l'Aero Club of America, le Lt Sharpe n'a aucune chance de se retrouver pilote dans les bataillons de l'infanterie du CEC, c'est-à-dire jusqu'à ce qu'il rencontre le Capitaine Ernest Lloyd Janney.

Le Capt Janney est originaire de Galt, en Ontario, où il a acquis toute une réputation. Pourtant, à Valcartier, il est nommé commandant du Corps d'aviation canadien (CAC). Il possède les documents pour le prouver, ainsi qu'une autorisation du ministre pour acquérir « un biplan et les accessoires nécessaires, pour une somme ne dépassant pas 5000 \$ ». Le Lt Sharpe accepte l'invitation du Capt Janney et devient le premier — et le seul — pilote du CAC.

Dès qu'il a recruté le Lt Sharpe, le Capt Janney se rend à Marblehead, au Massachusetts, où il acquiert un hydravion Burgess-Dunne, qui appartenait à la marine américaine, probablement le seul appareil situé près de Québec à correspondre au prix du ministre. Le Burgess-Dunne est un hydravion sans empennage, à voilure en flèche si stable qu'il peut être piloté les yeux fermés lorsque le moteur fonctionne bien. Malheureusement, le moteur de l'aéronef acheté par le Capt Janney a besoin d'être remis en état. La société Burgess a expédié l'appareil par train à Isle La Motte, dans le Vermont, et un pilote de l'entreprise, Clifford Webster, part pour Québec le 21 septembre 1914, aux commandes de l'appareil. Le Capt Janney est dans le siège du second.

Après une panne de moteur grave et une semaine à attendre des pièces à Deschailhons (Québec), le Burgess-Dunne arrive à Québec le 29 septembre. On le charge en pièces détachées sur le paquebot SS *Athenia* : la voilure et le moteur sont entreposés dans des boîtes dans la cale, et le fuselage est attaché sur le pont, où il chambranle à chaque mouvement de roulis du bateau. Le CAC a pu recruter le Sergent Harry Farr, un mécanicien d'aéronef d'un bataillon de Victoria, trouvé par le Lt Sharpe. Les trois aviateurs prennent place à bord du SS *Franconia*. Le premier contingent du CAC quitte Québec le 3 octobre 1914.

En Grande-Bretagne, pendant que les bataillons canadiens s'entraînent sur la

plaine de Salisbury, le Capt Janney concocte un plan grandiose pour le Corps d'aviation canadien : huit aéronefs (quatre appareils opérationnels et quatre appareils de rechange), cinq chevaux, dix camions et 46 hommes, le tout pour la somme de 116 679,25 \$. Après avoir averti le commandant du Premier contingent, le Lieutenant-général sir Edwin Alderson, avec sa proposition, le Capt Janney obtient une avance du responsable de la paie et part parcourir la Grande-Bretagne, prétendument à la recherche d'un endroit pour aménager l'aérodrome du CAC. On reste sans nouvelles de lui pendant des semaines. Le Lt Gen Alderson raie donc le CAC de son établissement — rien de plus facile puisque aucun ordre d'organisation n'a été émis pour le créer et qu'aucun de ses membres n'a été enrôlé à proprement dit dans le CEC.

Le Lt Sharpe rejoint le Royal Flying Corps et le Sgt Farr se retrouve au sein du Royal Naval Air Service, où il reçoit la Croix du service distingué et la Croix du service distingué dans l'Aviation. En janvier 1915, le Capt Janney refait surface, au Canada, en tant qu'organisateur d'une série de spectacles aériens visant à recueillir des fonds pour le CAC. Dès qu'il apprend la nouvelle, le Lt Col Hughes le fait renvoyer de la Milice.

Le Burgess-Dunne ne quittera plus jamais le sol. Endommagé pendant le voyage, il s'enlise dans la boue de la plaine de Salisbury jusqu'à ce qu'on vende ses pièces à la ferraille, en 1916.



W.F.N. Sharpe of Prescott, Ontario, in a photograph probably taken before September 1914.

W.F.N. Sharpe, de Prescott, en Ontario, dans une photographie datant probablement d'avant septembre 1914.

Source :
Brevetement Gwentworth & Hugh Haldimay, *Canada's Air Forces 1914-1980* (Montreal: Art Global, 1989).
Hugh Haldimay, "A High Flyer Indeed", *L'Aviation Magazine*, juillet-août 2004.

Source :
Gwentworth & Hugh Haldimay, *Canada's Air Forces 1914-1980* (Montreal: Art Global, 1989).
Haldimay, Hugh, "A High Flyer Indeed", *L'Aviation Magazine*, juillet-août 2004.

Support for students in the Reserve Force

By Lt(N) Ian D.D. Livermore

Post-secondary students in Prince Edward Island who are members of Canada's Reserve Force began their 2006 winter semester with a major show of support from the institutions they attend.

During a ceremony held on January 11 at the Queen Charlotte Armoury in Charlottetown, the presidents of the University of Prince Edward Island and Holland College, and the executive director of the Société éducative de l'Île-du-Prince-Édouard, signed declarations that their institutions will grant student-Reservists such considerations as they may require to serve in the CF. The three

institutions previously had statements of support for Reserve Force members who are employees.

Subject to maintaining the academic integrity of the institutions, the considerations student-Reservists may receive include deferments of assignments and exams when they conflict with military training schedules, and guaranteeing students re-admission to their program of study when they take a year off school to participate in military operations.

The Canadian Forces Liaison Council (CFLC), a group of Canadian business leaders, who volunteer their time to promote the Reserve Force within the workplace and education sector, conducted

the ceremony. Council members believe civilian enterprises benefit from the skills Reservists gain through military training and operations, and therefore encourage employers and educators to grant Reservists time off for military service without it creating negative consequences for their job or academic status.

The CFLC's P.E.I. chairman, Robert Bateman, said educational institutions in the province have a long history of supporting Reserve Force careers of staff members, adding that extending this support to students was a logical progression.

"The support for student-Reservists that the three educational institutions are providing today is highly symbolic and will have

lasting impact on the operational capability of the Canadian Forces," said Mr. Bateman.

"Post-secondary students constitute approximately 32 percent of all Reservists in Canada. Without the support of their school administrators, these Reservists would not be able to train for and mobilize in the defence of Canada and its international interests."

On other education outreach fronts, the CFLC's provincial committee in Quebec has secured the support for student-Reservists from 22 universities and cégeps including Université Laval, École Polytechnique, and the Université du Québec à Rimouski.

Lt(N) Livermore is a CFLC outreach officer.

Appui aux étudiants de la Réserve

par le Lt(N) Ian D.D. Livermore

Les étudiants de niveau postsecondaire de l'Île-du-Prince-Édouard qui sont membres de la Réserve du Canada ont commencé leur semestre d'hiver de 2006 en recevant un appui important des établissements qu'ils fréquentent.

Lors d'une cérémonie tenue le 11 janvier au manège militaire Queen Charlotte à Charlottetown, les administrateurs de l'Université de l'Île-du-Prince-Édouard et du Collège Holland, et le directeur exécutif de la Société éducative de l'Île-du-Prince-Édouard, ont signé des déclarations qui indiquent que leurs établissements accorderont aux étudiants réservistes les privilèges dont ils ont besoin pour servir dans les FC. Les trois établissements avaient déjà signé des

déclarations d'appui aux employés qui sont réservistes.

Sous réserve des exigences relatives à l'intégrité scolaire des établissements, les étudiants réservistes pourraient obtenir des concessions telles que le report des travaux pratiques et des examens quand ils entrent en conflit avec les calendriers d'entraînement militaire et la garantie de réadmission des étudiants à leur programme après que ceux-ci aient suspendu leurs études pendant un an pour participer à des opérations.

Le Conseil de liaison des Forces canadiennes (CLFC), un groupe de chefs d'entreprises canadiens qui se consacre à la promotion de la Réserve en milieu de travail et dans le secteur de l'éducation, a dirigé la cérémonie. Les membres du CLFC sont d'avis que les entreprises du

monde civil peuvent profiter des compétences acquises par les réservistes lors de l'entraînement et des opérations militaires. Ils encouragent donc les employeurs et les administrateurs des établissements d'enseignement à accorder du temps aux réservistes pour le service militaire sans que cela ait de conséquences néfastes sur leur poste ou leur programme d'études.

Le président du CLFC de l'I.-P.-É., M. Robert Bateman, a déclaré qu'il existe dans les établissements d'enseignement de la province une longue tradition d'appui des carrières militaires des réservistes, ajoutant que l'accroissement de l'appui aux étudiants était une progression logique.

« L'appui que les trois établissements d'enseignement accordent aujourd'hui aux étudiants réservistes est très symbolique

et aura une incidence durable sur la capacité opérationnelle des Forces canadiennes », a déclaré M. Bateman.

« Les étudiants de niveau postsecondaire constituent environ 32 % de tous les réservistes au Canada. Sans l'appui des administrateurs de leur établissement d'enseignement, ces réservistes ne pourraient pas s'entraîner et être mobilisés pour défendre le Canada et ses intérêts internationaux. »

En ce qui concerne d'autres mouvements de sensibilisation à l'éducation, le comité du CLFC du Québec a réussi à obtenir l'appui pour les étudiants réservistes dans 22 universités et cégeps, dont l'Université Laval, l'École polytechnique et l'Université du Québec à Rimouski.

Le Lt(N) Livermore est officier des relations externes au CLFC.

Le CEMD l'a dit : Il faut être en forme!

par John Knoll

On assiste à un regain d'intérêt pour la forme physique dans les FC, et le premier à en faire la promotion est nul autre que le chef d'état-major de la Défense.

Si vous n'en avez pas entendu parler par le biais de votre chaîne de commandement, le CEMD a diffusé un message CANFORGEN un peu avant Noël, demandant que l'on recommence à mettre l'accent sur la bonne forme physique au sein des FC. Les membres des FC le savent déjà, mais il n'est pas mauvais de le répéter : la forme physique n'est ni une option ni un petit extra. Elle

est essentielle à l'état de préparation opérationnelle, et il s'agit d'une exigence de base du service militaire.

Voici les grandes lignes du message du CEMD :

- Il faut recommencer à accorder une grande importance à la culture de la forme physique dans les FC, dans le but non pas de mieux réussir aux tests d'aptitude physique, mais plutôt pour assurer le succès des opérations.
- La promotion de la santé et de la bonne forme est la responsabilité personnelle des membres des FC et la responsabilité collective des dirigeants des FC.

- Tous les membres de la Force régulière – et les membres de la Force de réserve de classe B ou C en service continu depuis plus de 180 jours – devront subir d'ici le 31 mars 2006 une évaluation de leur condition physique. Les résultats seront consignés dans un rapport qui donnera aux dirigeants un aperçu des niveaux actuels de la forme physique dans les FC.

- Une nouvelle DOAD (Directives et ordonnances administratives de la Défense) sur la forme physique devrait venir remplacer l'OAFD 50-1 au cours des prochains mois. Parmi les autres

mesures prises, veuillez noter que la nouvelle DOAD fera désormais de la forme physique une condition de promotion.

Voir le CANFORGEN 198-05, sur le site intranet du VCEMD à l'adresse <http://vcds.mil.ca/vcds-exec/pubs/canforgenintro.f.asp>.

En ce qui concerne l'évaluation de la condition physique, vous recevrez bientôt des renseignements additionnels de votre commandant ou de votre unité. Pour savoir comment vous mettre en forme en toute sécurité, lisez la page 16.

CDS says Forces must be fit

By John Knoll

There is a renewed drive for fitness in the CF, and it is being led by the Chief of the Defence Staff.

In case you have not heard about it through your chain of command, the CDS issued guidance in a CANFORGEN just before Christmas, calling for a re-emphasis on physical fitness throughout the CF. It should come as no surprise to CF members, but it is worth repeating—fitness is not an option or an add-on; it is essential to operational readiness and is a fundamental requirement of military service.

Some highlights of the CANFORGEN:

- The CDS calls for a reinvigoration of the culture of physical fitness in the CF, the

purpose of which is not fitness testing, but helping to set the conditions for success in operations.

- The encouragement of fitness and health is the personal responsibility

of CF members, and the collective responsibility of CF leadership.

- All Regular Force—and Reserve Force on Class B or C continuous service for over 180 days—are

to be fitness tested by March 31, 2006. The resulting data will be compiled into a report that will give CF leadership a snapshot of current fitness levels.

- Look for a new DAOD (Defence Administrative Order & Directive) on physical fitness sometime in the next few months to replace CFAO 50-1. Among other measures, the new DAOD will make physical fitness a condition for promotion.

Read CANFORGEN 198/05 at VCDs intranet site at <http://vcds.mil.ca/vcds-exec/pubs/canforgenintro.f.asp>

Fitness testing: watch for information from your CO/unit. See page 16 for tips on shaping up safely.



Shaping up safely

This greater emphasis on physical fitness has motivated many unfit CF members to dust off their running shoes and head over to the gym. For those of you who have been relatively inactive for whatever reason, you really need to begin your fitness program with a long-term approach.

It is very important to remind yourself that it took a few years to get out of shape and that you will not get into shape after two weeks. Realistically it will take many months of consistent exercise to get back into good physical condition and trying to get there any faster will likely set you up to be injured.

To help, the CF has excellent fitness facilities, fitness staff and well researched fitness and health promotion programs available to every member on an individual or group basis. Please take advantage of these excellent resources—they were developed for you. In addition to this, the Injury Prevention Cell of the Strengthening the Forces Program has put together 10 tips to help you get back into shape safely.

10 Simple tips to shaping up safely:

1. Take some time to warm-up before exercising. This should involve some stretching, walking or jogging just to get your tissues ready to work.
2. Try walking yourself back into shape—it may not appear to be as macho as running, but it does have a much lower injury rate, and walking the same amount of time you usually run will produce a very similar fitness benefit.
3. During aerobic activities such as walking, running, cross-country skiing and biking, your training

intensity level should allow you to be able to have a conversation with your training partner. If you find yourself struggling to breathe—you are working too hard regardless of how slowly you may be going.

4. Cross training varies the stress and strain on various body tissues and can reduce the incidence of injuries. Try alternating activities such as: walking, cycling, skating, skipping rope, snowshoeing, cross-country skiing and swimming.
5. Try using a pedometer—they are available from your local Health Promotion staff. Wear a pedometer for a typical day and you may be surprised at how little you actually move. For health and fitness maintenance, it is recommended that you aim for a minimum of 10,000 steps/day. Some people can achieve 10,000 steps/day without ever going to the gym. Walking to work, taking the stairs, walking the dog and walking to the mailbox all add up.
6. Strength training and core stability exercises—include some in your program. During weight workouts start by limiting yourself to only two sets of 10-12 repetitions of any exercise. This approach will give you approximately 80 percent of the benefit of the exercise without the increased risk of injury that comes with doing more than this.
7. Sweat loss doesn't mean fat loss. Working out with plastic bags under your clothing will cause you to temporarily lose some body water but it will not promote the fat loss that you desire. What over heating during exercise will do is increase your risk of becoming dehydrated, electrolyte depleted

and excessively fatigued. It also increases your risk of developing a heat-related injury such as heat exhaustion or heat stroke.

8. Many people incorrectly believe they are not exercising unless they are working out in the gym. Your body doesn't know the difference between walking to your boss's office and walking on a treadmill. Using the stairs, taking the bike to the post office or walking to work are just a few examples of the opportunities you have some exercise in your day.
9. No Pain No Gain!—this motto applies to elite athletes and not someone who is trying to get fit. If you are suffering throughout your workouts, you are training too hard. Try backing off on the intensity of your training and the chances are you will enjoy exercising a lot more, be motivated to train more often and reduce your risk of becoming injured.
10. Remember—there is no fast track to becoming fit—despite what the advertising media often tells you. While it doesn't sound sexy or high tech, the formula for success can be as simple as walking 45-60 minutes 5 days a week and eating a healthy diet. The secret is to "get moving" and make it a regular part of your daily lifestyle.

The CF EXPRES program—has individual training guides covering all of the above activities as well as activity record booklets. All of these items, lots of good advice and plenty of encouragement are all available at no cost through your base, wing and unit fitness staff. Train smart and have some fun.

Comment se mettre en forme en toute sécurité

Le regain d'intérêt pour la forme physique auquel on assiste actuellement au sein des FC a incité un grand nombre de membres à rehausser leurs espadrilles et à se précipiter au gym. Pour ceux d'entre vous qui ne bougent pas beaucoup, il vous faut opter pour un programme de mise en forme graduel.

Souvenez-vous qu'il vous a fallu quelques années pour perdre la forme et que vous ne la retrouverez pas en deux semaines. À vrai dire, il vous faudra plusieurs mois d'exercices réguliers pour y parvenir, et s'il vous prenait l'envie d'aller trop vite, vous risqueriez seulement de vous blesser.

Vous avez cependant de la chance puisque les FC mettent à la disposition de leurs membres, individuellement ou en groupe, d'excellentes installations de conditionnement physique, du personnel qualifié et des programmes de mise en forme et de promotion de la santé bien établis. Profitez de ces ressources, c'est pour vous qu'elles ont été conçues. La cellule de prévention des blessures du programme Énergise! les Forces a pour vous dix conseils pour vous aider à retrouver la forme en toute sécurité.

Dix conseils simples pour se remettre en forme en toute sécurité :

1. Prenez le temps de vous échauffer avant de faire de l'exercice. Les mouvements d'échauffement devraient comprendre des exercices d'étirement, de marche ou de jogging qui permettront à vos muscles de se préparer à travailler.
2. Marchez pour vous mettre en forme. La marche est peut-être moins spectaculaire que la course, mais elle présente un taux de blessure beaucoup plus faible. En outre, le fait de marcher pendant un certain nombre de minutes procure pratiquement les mêmes avantages que la course pour la santé.
3. Pendant une activité d'aérobic comme la marche, la course, le ski de fond ou la bicyclette, votre intensité

d'entraînement devrait être telle que vous pouvez avoir une conversation avec un partenaire. Si vous avez de la difficulté à trouver votre souffle, c'est que vous faites un effort trop intense, peu importe votre vitesse.

4. La diversification des activités de conditionnement physique aide à réduire les tensions exercées sur les divers tissus organiques et la fréquence des blessures. Adonnez-vous à diverses activités comme la marche, le cyclisme, le patin, le saut à la corde, la raquette, le ski de fond et la natation.
5. Servez-vous d'un podomètre. Vous pouvez vous en procurer un auprès de votre personnel local de la promotion de la santé. Si vous portez un podomètre pendant une journée normale, vous serez surpris de voir à quel point vous bougez peu. Pour maintenir la santé et la forme, il est suggéré de faire au moins 10 000 pas dans une journée. Certaines personnes y parviennent sans même mettre les pieds au gymnase! Marcher pour se rendre au boulot, prendre les escaliers, promener le chien, aller chercher le courrier à pied, voilà autant de façons d'accumuler des pas chaque jour.
6. Incluez des exercices de renforcement musculaire et d'équilibre dans votre programme de mise en forme. Pendant les séances de poids et haltères, limitez-vous d'abord à deux ensembles de 10 à 12 répétitions de chaque mouvement. Vous profiterez ainsi d'environ 80 % des avantages de l'exercice complet sans trop risquer de vous blesser.
7. Le fait de transpirer ne vous fera pas maigrir. Porter des sacs de plastique sous vos vêtements lorsque vous vous entraînez vous fera perdre temporairement de l'eau, mais ne vous fera pas perdre de gras corporel. Un excès de chaleur pendant l'entraînement risque de vous déshydrater, de perturber l'équilibre électrolytique de votre

corps et de vous fatiguer outre mesure. Vous courez aussi davantage le risque de souffrir d'épuisement par la chaleur ou de coup de chaleur.

8. Beaucoup de personnes croient à tort qu'elles ne font pas d'exercice si elles ne vont pas au gym. Or, que vous marchiez jusqu'au bureau de votre patron ou que vous marchiez sur un tapis roulant, votre corps n'y voit aucune différence. Utilisez les escaliers, prenez son vélo pour se rendre au bureau de poste ou marcher pour aller au travail, voilà autant d'excellentes occasions de bouger un peu chaque jour.
9. Il n'est pas nécessairement bon de souffrir! La souffrance est faite pour les athlètes de haut niveau, et pas pour les personnes qui essaient de se remettre en forme. Si vous sentez de la douleur pendant votre entraînement, vous y allez trop fort. Si vous réduisez l'intensité de votre programme, vous aimerez davantage l'expérience, vous serez plus motivé et vous risquerez moins de vous blesser.
10. Rappelez-vous : il n'y a pas de raccourci vers la forme physique, malgré ce que les campagnes de publicité tentent de vous faire croire. Même si la formule ne semble pas très sexy, ni très sophistiquée, il suffit souvent d'une marche de 45 à 60 minutes cinq fois par semaine et d'un régime alimentaire sain. Le secret, c'est de bouger et de faire de l'exercice physique un élément constant de votre quotidien.

Le Programme EXPRES des FC offre des guides d'entraînement individuel pour toutes les activités susmentionnées ainsi que des livrets pour la consignation des activités. Vous trouverez tous ces articles ainsi que des conseils et des encouragements à la tonne — et gratuitement — auprès du personnel de la promotion de la santé de votre base, escadre ou unité. Entraînez-vous intelligemment et amusez-vous bien!

